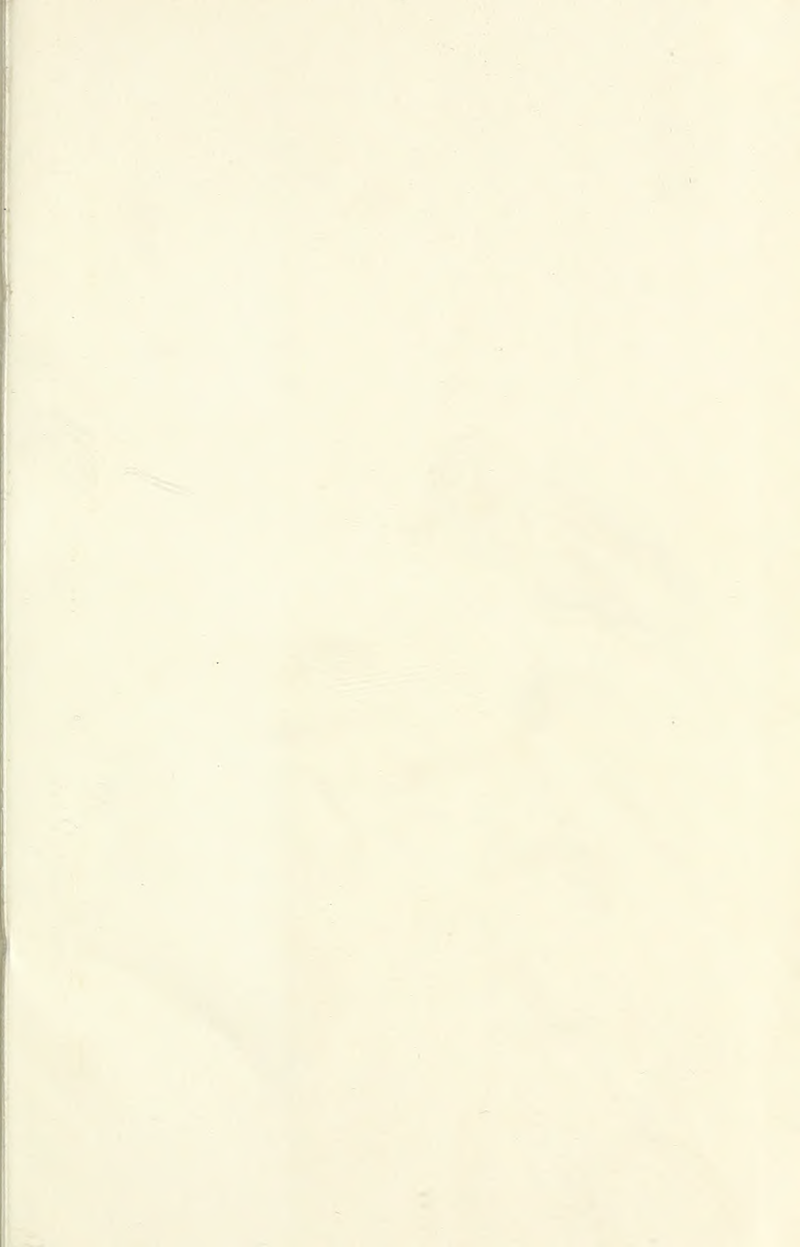
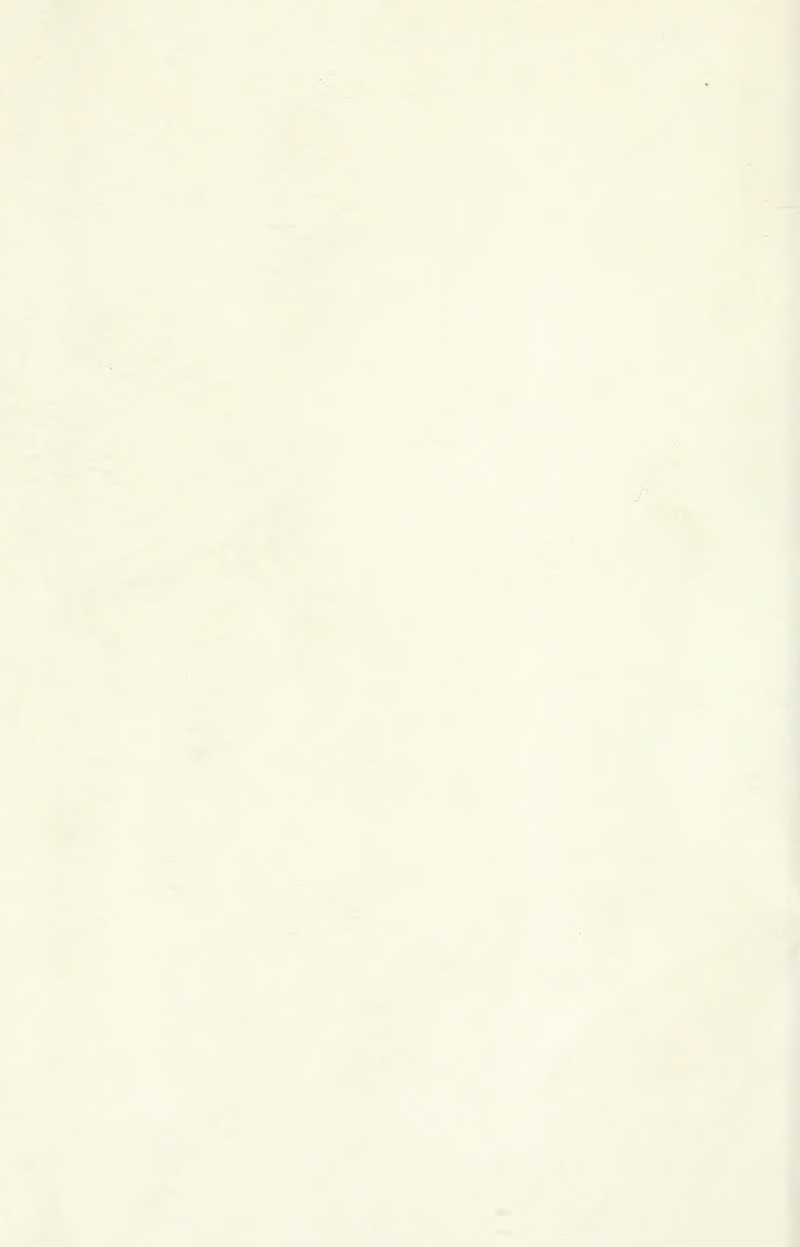
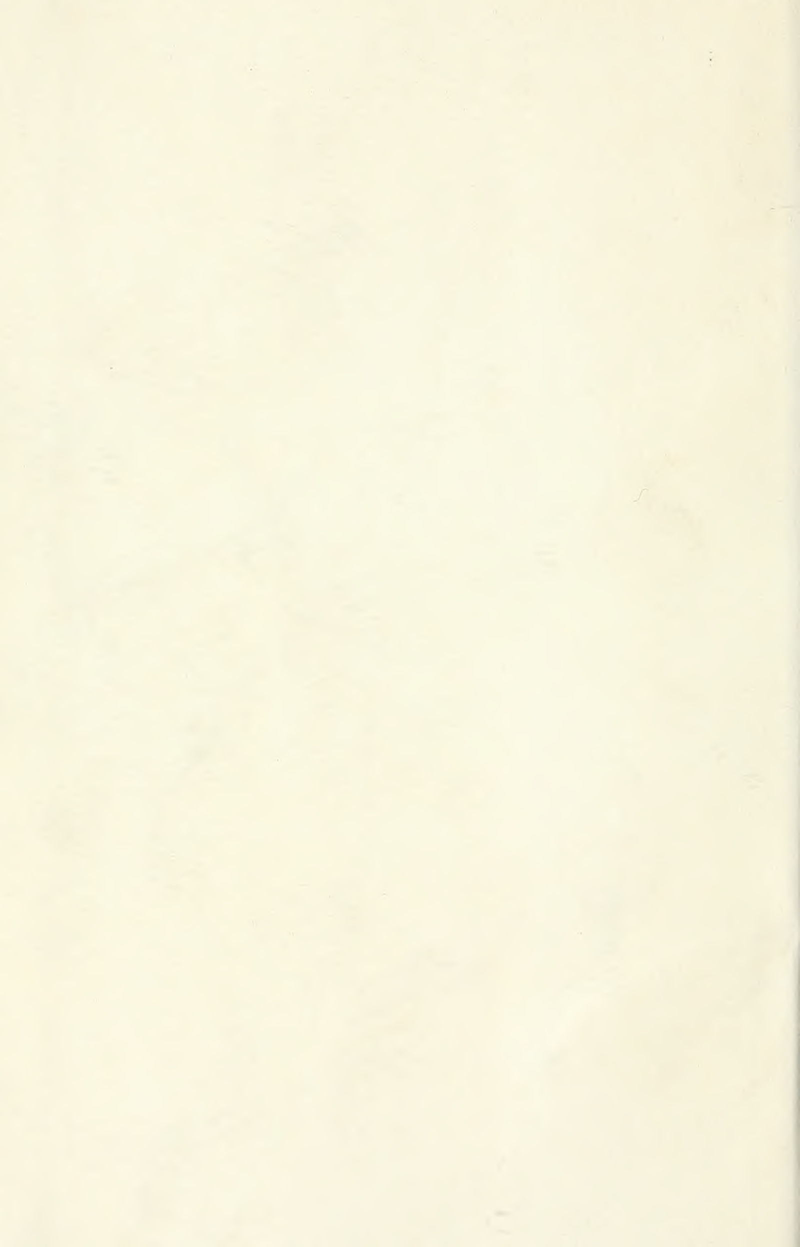

3 1761 05291990 9



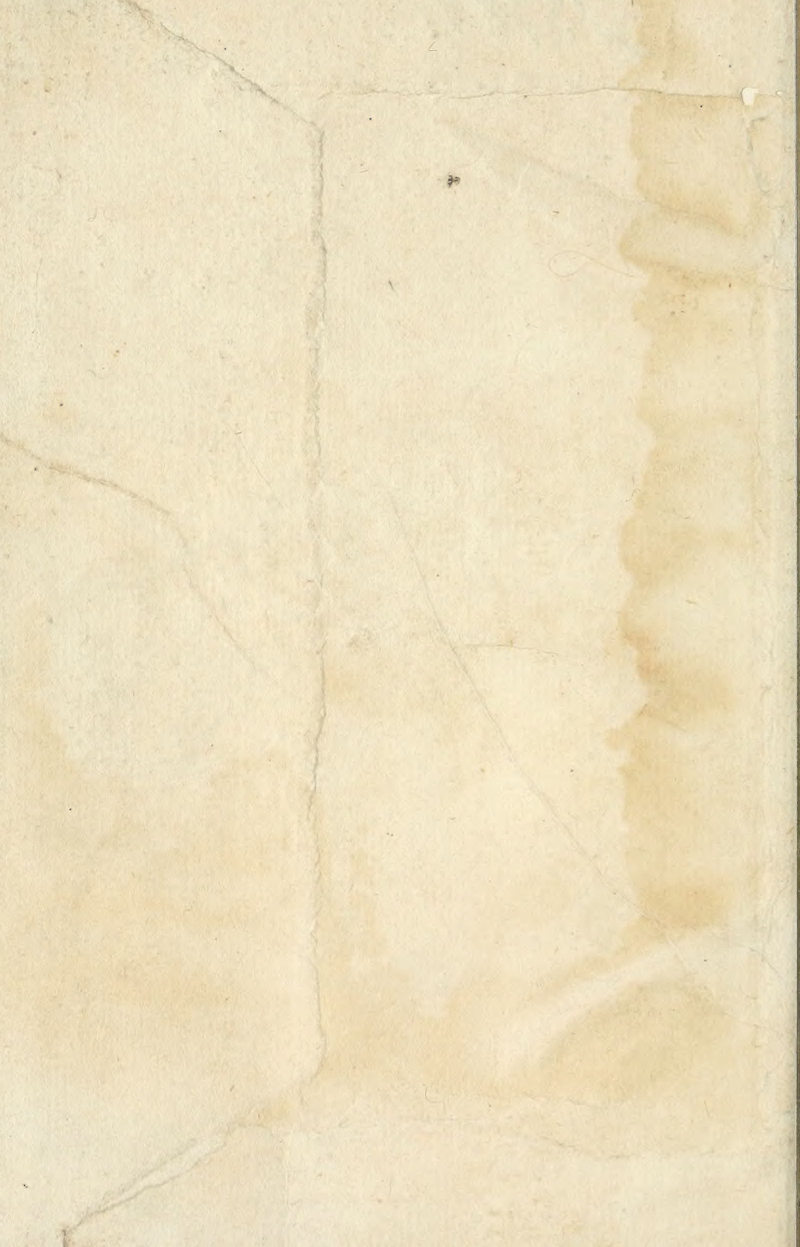


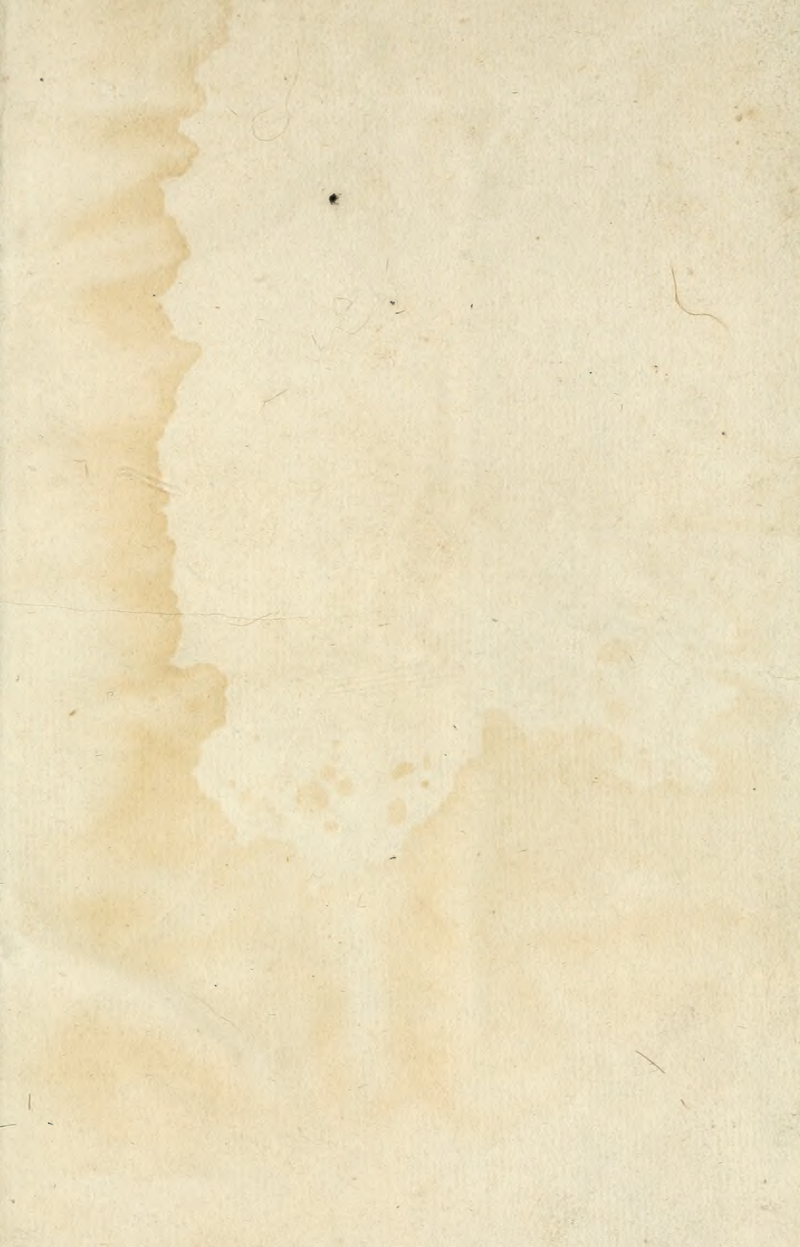


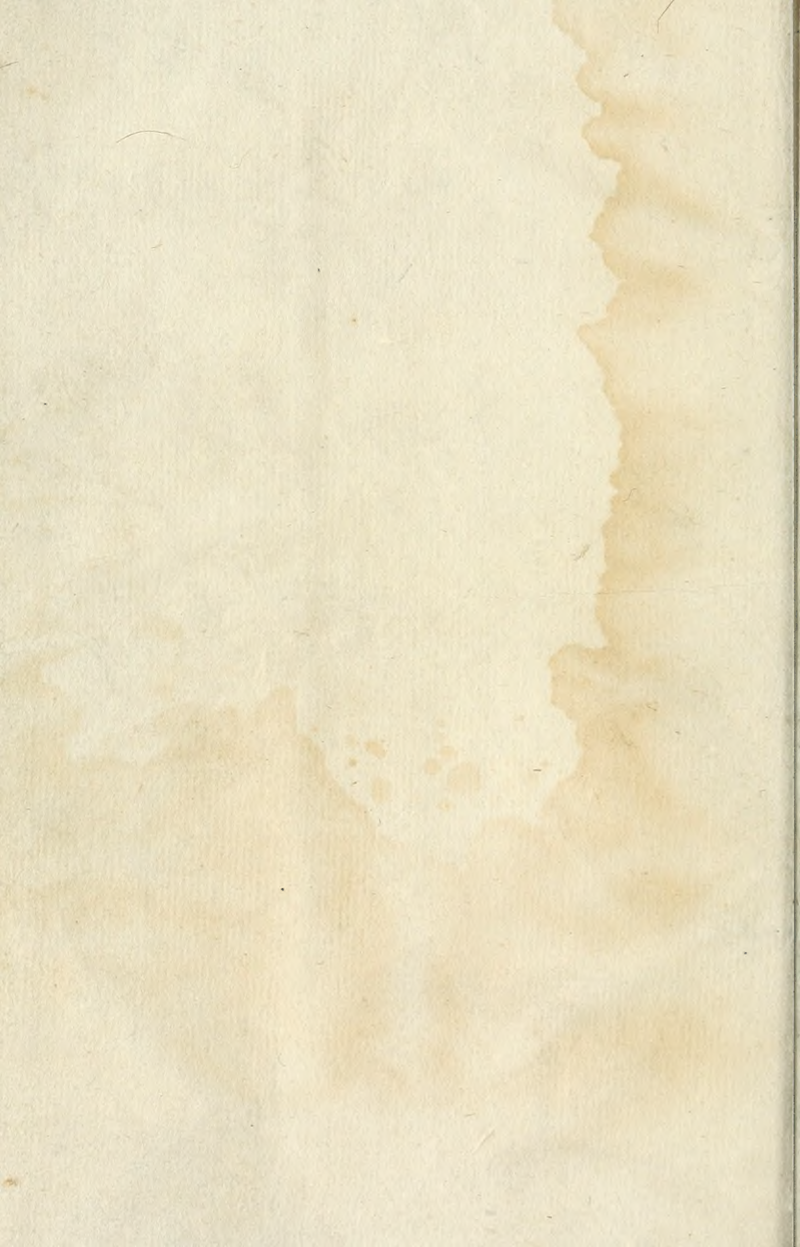















O angenehmer Land dem prächtiges Vergnügen
das die Natur belebt. muß auch den Schmerz
besiegen.
Fr

Das
Gesunde Landleben,

welches nach richtigen
Grundsätzen der Arztneykunst
anpreiset

D. Christian Gotthold Schwenke,
Pr. in Dreßden,

mit Beantwortung der Frage und einer
Vorrede:

Ob man die Aerzte in gesunden Tagen brauchen könne?

Nebst einer Vorrede
Hrn. D. Joh. Ernst Hebenstreits,
Therap. P. P. Lipſ. und der Medicinischen Facultät
Decani,

derer alten griechischen Medicorum Meinungen
von dem

gesunden Landleben

betreffend.

Leipzig,
zu finden bey Caspar Fritschens Wittwe. 1751.

Sr. Königl. Hoheit
dem
Durchlauchtigsten Fürsten
und Herrn,
HERRN
Friedrich Christian,
Königlichen Prinzen
von Pohlen und Litthauen,

Churprinzen und Herzogen zu Sachsen,
Jülich, Cleve, Berg, Engern und Westphalen,
Landgrafen in Thüringen, Marggrafen zu Meissen,
auch Ober- und Nieder-Lausitz, Gefürsteten Grafen zu
Henneberg, Grafen zu der Mark, Ravensberg,
Barby und Hanau, Herrn zu
Ravenstein, rc. rc. rc.

Meinem gnädigsten Fürsten
und Herrn!



Durchlauchtigster,

Königlicher und Chur-Prinz,

Gnädigster Fürst

und Herr!



Ihro Königliche Hoheit erlauben in höchster Gnade Dero Durchlauchtigsten Namen,

der

der Sachsenland zieret, zur Zier-
de dem gesunden Landleben,
womit sich die tiefste Ehrfurcht
erkühnet, vorauszusetzen. De-
roselben angebohrne und grosse
Gnade, die sich auch bis auf den
Niedrigsten im Lande erstrecket,
lässet mich mit dem sichersten Ver-
trauen hoffen, es werde mein ehr-
erbietigstes Unternehmen, als ein
öffentliches Zeichen der unterthä-
nigsten

nigsten Pflicht, welche Ihro Königlichen Hoheit jeder Unterthan im Lande schuldig ist, noch Statt zur Vergebung finden; überdieses lässet mir Dero gnädigstes Wohlgefallen, welches Ihro Königliche Hoheit gegen allen Wissenschaften und den Aerzten, die sich um das Kleinod der irrdischen Güter beschäftigen, auf eine ausnehmende Art bezei-

gen, noch eine Zuflucht übrig, Gnade zu erhalten. Die Gesundheit stehet mit unter den schätzbarsten Herrlichkeiten grosser Herren. O möchten die Wünsche so vieler Bewohner des Landes vor dem HERRN aller Lande nur um den Mangel der Krankheiten gedeyhen! Dagegen müsse Ihro Königliche Hoheit nebst Dero Durchl. Frauen Gemahlin

mahlin Königlichen Hoheit, das erhabenste Wohl und erhöheste Vergnügen, mit gesunden und langen Leben begleitet, zur Freude Höchstgedacht Ihrer Beyderseits Königlichen Majestäten und des Königlichen Hauses, und zum Trost des Vaterlandes in steten Grünen und Wachsen, wie jetzt die holde Frühlingszeit, unaus-

 gesetzt

gesetzt erhalten! womit Zeitlebens in tiefster Devotion beharre

Ihro Königlichen Hoheit

Dreßden,
den 1. März, 1751.

unterthänigst gehorsamster
Christian Gotthold Schwenke.



Vorrede.



Die Kunst gesund zu leben und besorgliche Krankheiten, so viel, als möglich, abzuwenden, ist eine Erkenntniß derer Nutzen oder Schaden bringenden Dinge, die uns umgeben, durch uns dringen, aus uns fliesen, und derer Geschäffte, die von uns geführet, auch derer Leidenschaften, von welchen unsre Handlungen begleitet, werden. [a]) Es ist also

a) Ὑγιεινὴ, πραγματεία, τῶν σιτίων (τε καὶ ἄλλων) οἷς κεχρῆσθαι δεὸν καὶ ἃ παραφυλακτέον ὡς ἂν ἑπόμενος ταύτῃ ἄμεμπτόν τις διάγῃ καὶ τὰς μελετωμένας ἀποδιακομπῇ νόσους. ACTVARIVS de Spirit. Animal. 2, 16.

Die Kunst gesund zu leben ist eine Ordnung derer Nahrungsmittel und anderer Dinge, die man brauchen, oder vermeiden, muß, damit derjenige, welcher ihr folget, gut lebe, und die besorglichen Krankheiten weit von sich treibe.

also der Vernunft gemäß, bey einer durch die Erfahrung vieler Jahre bewährt befundenen Lebensart zu verbleiben,[b]) die gewohnten Speisen nicht zu ändern, Bewegung und Ruhe in der Maase, wie solches biß hieher unschädlich befunden worden, zu mischen, und in allen Geschäfften die Gleichförmigkeit beyzubehalten.[c]) Es scheinet demnach, daß, um einer beständigen Gesundheit sich erfreuen und ein hohes Alter erreichen zu können, demjenigen, welchem die Wahl einer Lebensart frey gelassen ist, zuträglicher sey, sich aller das Gemüthe zerstreuenden Verrichtungen zu entschlagen, und eine sich selbst gelassene ungezwungene Ordnung derer Sachen, durch welche wir gesund erhalten werden, zu wehlen.

b) Καλὸν ἕκαστον μένειν ἐφ᾽ ἧς τέτυχε τάξεως, τὸ δὲ ὑπερβαίνειν ἐς ἃ μὴ χρὴ, λύοντός ἐστι τὸ δίκαιον: LVCIANVS *in abdicato.*

Es ist gut, daß ein jeder in derjenigen Lebensart verbleibe, die ihm zugetheilet worden, denn das Unternehmen ungewohnter Dinge heißt gute Ordnungen stöhren.

c) Τὰ διαιτήματα μὴ μεταβάλλειν, ἢν γὰρ μεταβάλλῃ ταχέως τὴν δίαιταν, κίνδυνος καὶ ἀπὸ τῆς μεταβολῆς νεώτερόν τι γενέσθαι. HIPPOCR. *de Nat. homin.*

Die gewohnte Lebensart soll man nicht ändern, wenn man sie geschwind ändert, ist Gefahr dabey, daß von einer Neuerung auch ein neues Uebel entstehe.

len. [d]) Wo ist aber die Möglichkeit eine solche übereinstimmende Lebensart und die Freyheit, das Nutzbare dem Schädlichen vorzuziehen, gewisser anzutreffen, als auf dem Lande, in denen kleinen menschlichen Gesellschafften, welche wegen Mangels des Ueberflusses durch den naturähnlichen Gebrauch derer Sachen, die uns unterhalten, wieder allerhand Ursachen der Krankheit in Sicherheit gesetzt werden, wenn eine gute Sittenlehre diese Lebensart unterstützet, ausser welcher man mitten in einer Einöde die Gelegenheit sich zu verderben finden kan:

Es ist aber keinesweges davor zu halten, daß das Landleben, und der damit verknüpfte Gebrauch einfacher Lebensmittel, ein sicherer Weg zum gesunden Leben und hohen Alter sey. Die Körper müssen dazu eingerichtet und im Stande seyn, die mit dem Landleben verknüpf-

d) ὅπως ἄν τις ἀρίστης τυχὼν παρασκευῆς, ἀποχωρήσας ἁπάντων τῶν κατὰ βίον εἰς κοινὸν συντελούντων ἑαυτῷ μόνῳ ζήσῃ, μήτε νοσήσας μήτε ἀποθανὼν ἔμπροσθεν τοῦ μηκίστου χρόνου τῆς ζωῆς. GALENVS *de tuenda Sanitate Lib.* 2.

Wenn jemand, der die allerbeste Gesundheit geniesset, sich aller Geschäfte des gemeinen Lebens entschlüge, und sich selbst gelassen lebete, würde er nicht krank werden, und ein hohes Alter erreichen.

verknüpften Ungemächlichkeiten, ertragen zu können. [e]) Der wahre Vortheil des Landlebens bestehet in dem Abgang verführerischer Reitzungen, [f]) und in der Bequemlichkeit den Körper durch Bewegungen, die mit Belustigung derer Sinnen verknüpft sind, dauerhaftig zu machen.

e) Γέροντά τινα γεωργικὸν ἔγνωμεν ἔτη πλείω ῤ βιώσαντα κατ᾽ ἀγρὸν ᾧ τὸ πλεῖον τῆς τροφῆς αἴγειον ἦν γάλα ποτὲ μὲν ἄρτου θρημμάτων ἐν αὐτῷ διαβρεχομένων, ἀλλὰ τοῦτον γέ τις μιμισάμενος διὰ παντὸς ἐβλάφη, ἐβαρύνετο γὰρ αὐτῷ τὸ στόμα τῆς γαστρὸς, καὶ μετὰ ταῦτα τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον ἐπήρετο. GALENVS de San. tuenda, Lib. 2.

Wir haben (schreibt Galenus) einen Landmann gekennet, welcher auf dem Lande länger, als neunzig Jahr, gelebet hatte, dessen meiste Nahrung Ziegenmilch gewesen, welche er manchmal mit klein geriebenen Brodt gemischet: Als einer ihm nachahmen wollte, wurde er gänzlich verderbet, denn er bekam Magendrücken und Geschwulst am rechten Hypochondrio.

f) Βέλτιον εἴη πρὸς ὑγίειαν, ἀπέχεσθαι τῶν ἡδέων δοκούντων εἶναι, ὁ δὲ μὴ οἷός τ᾽ εἴη δι᾽ ἀκράτειαν, βέλτιον ἂν εἴη τούτῳ τῷ ἀνθρώπῳ μὴ ὑπάρχειν ὁπόθεν ἐκπορεῖσθαι ταῦτα μᾶλλον, ἢ πολλὴν περιουσίαν εἶναι τῶν ἐπιτηδείων, οὕτω γὰρ αὐτῷ οὐκ ἐξουσία εἴη ἐξαμαρτάνειν οὐδ᾽ εἰ σφόδρα βούλοιτο. PLATO *in Eryxia.*

Es wäre besser, man enthielte sich, der Gesundheit halber, derer vor angenehm gehaltenen Dinge; Demjenigen aber, welcher, seiner Unmäßigkeit halber, sich nicht enthalten kan, ist besser in einem Stande zu seyn, in welchem man Mangel hat, als in dem Ueberflusse benöthigter Sachen sich befinden, denn also würde er nicht sündigen können, wenn er auch gleich wollte.

chen. [g]) Die grossen menschlichen Gesellschaften haben vor allerhand Arten Leute etwas, das zu Krankheiten Gelegenheit geben kann: Beschäftigte Bürger befinden sich, ihrer übermäßigen und an keine Zeit angewiesenen Arbeit halber, ausser Stande, ihrer Gesundheit zu pflegen. [h]) Müßige Menschen sind denen Leidenschaften und denen daher entstehenden schlimmen Folgen, desto mehr ausgesetzt, je zärtlicher sie sind, und je mehr sie glauben, daß es ihnen an keiner Bequemlichkeit des Lebens mangeln müsse: Der geringste Anstoß bewegt ihr Gemü-

g) Μέγισον δὲ κακὸν εἰς τὴν τῆς ὑγείας φυλακὴν ἡ παντελὴς ἀργία, ὥσπερ ἡ σύμμετρα κίνησις μέγισον τῶν ἀγαθῶν. PAVLVS *Aegin.* L. I. c. 73.

Es ist eine schädliche Sache, bey der Sorge vor die Gesundheit, allerdings müßig seyn, gleichwie eine gemäßigte Beschäftigung, das größte derer guten Gesundheits Mittel ist.

h) Φιλολόγοις καὶ πολιτικοῖς φυλακτέον ἐσὶ δριμυτέραν ἐν γράμμασι καὶ μαθήμασι μικρολογίαν ἐφ' ἧς ἀφειδεῖν καὶ ἀμελεῖν τοῦ σώματος ἀναγκάζονται. PLVTARCH. *Praecept. Sanit.*

Gelehrte, und mit dem gemeinen Wesen beschäftigte, Leute, müssen sich in acht nehmen, sich in tiefsinnige Betrachtungen der Literatur und Mathesin, nicht einzulassen, bey welchen sie ihren Leib zu übersehen, und unbesorgt zulassen, genöthiget werden.

Gemüthe: Von Zärtlichkeit und Faulheit werden sie weich:[i]) Sie werden von denen Aertzten mit unnöthigen Artzeneyen[k]) verfolget, mit Vorschriften zu einer gezwungenen Ordnung in Essen und Trinken geplagt,[l]) und sind, bey denen geringsten Beschwerlichkeiten, vor Einbildung grosser Gefahr, krank und unvermögend, ihre Geschäfte zu treiben.

i) Θυμηδίαι καὶ ἀνέσεις ὑγρότερον ἡμῶν ποιοῦσι τὸ ψυχικὸν πνεῦμα, θερμότερον θυμοί. ACTVARIVS *de Spirit. animal. Libro.*

Ἀνίαν ἐμποιεῖ καὶ μαλακίαν ἀγύμναστον ἡ περὶ τὸ ῥᾷστον ἀεὶ διατρίβουσα καὶ πρὸς τὸ ἥδυον ἀναχωροῦσα γλυκυθυμία τῆς ψυχῆς. PLVTARCHVS *de Tranquillitate.*

k) οὐδένα τῶν ἄμεμπτον ἐχόντων ἕξιν ἀξιοῦμεν φάρμακα πίνειν. GALENVS *de Sanit. tuenda* Lib. 2.

l) Ἡ μὲν οὖν ἀκριβὴς σφόδρα καὶ δι' ὄνυχος λεγομένη δίαιτα τὸ δὲ σῶμα κομιδῇ ψοφῶδες παρέχεται καὶ σφαλερὸν, αὐτῆς δὲ τῆς ψυχῆς τὸ γαυρὸν κωλύει. PLVTARCH. *Praecept. Sanit.*

Wollust und Faulheit schwächen die Seele, der Zorn erhitzt sie.

Die nur mit ihrer Bequemlichkeit beschäftigte und eine vergnügte Empfindung lediglich suchende Weichmüthigkeit, macht Schwachheit und zu Bewegungen ungeschickte Zärtlichkeit.

Niemand, der von guter Leibesbeschaffenheit, ist benöthigt Arzeney, zu brauchen.

Die allzusehr besorgte und auf ein Haar bestimmte Lebensordnung, machet den Leib zu allerhand Geschäften ungeschickt, und sich selbst beschwehrlich, und unterdrückt so gar das freudige Wesen der Seele.

ben.[m]) Derowegen, um in dergleichen von dem müßigen Stadtleben unzertrennliche Weichmüthigkeit nicht zu gerathen, ist es rathsam, die freyere Lebensart mit der gezwungenen zu mischen.[n]) Die Faulheit, als eine Ursache vieler Krankheiten, zu fliehen,[o]) und ein mit Ruhe und Arbeit abwechslendes Leben zu führen.[p]) Diesen glücklichen Wech-

m) Ἡ περιττὴ ἐπιμέλεια τοῦ σώματος πρὸς οἰκονομίαν, πρὸς στρατείαν καὶ πρὸς ἑδραίους ἐν πόλει ἀρχὰς δύσκολος καὶ πρὸς μαθήσεις ἁστινασοῦν καὶ ἐννοήσεις καὶ μελέτας χαλεπὴ, κεφαλῆς τινὰς ἀεὶ διατάσεις καὶ ἰλίγγους ὑποπτεύουσα, ἀρετῇ πάντῃ ἐμπόδιος, κάμνειν γὰρ οἴεσθαι ποιεῖ ἀεί. PLATO de *Republ. Libr.* 3.

Die allzugrosse Sorge vor den Leib, ist denenjenigen, welche Häußliche-Kriegs- oder Raths-Geschäfte führen, hinderlich, und zu allerhand Uebungen des Witzes und des Verstandes unbequem; Sie stehet, in dem sie beständig Kopfweh, oder Schwindel, fürchtend macht, der Tugend im Wege, und macht immer kranke Leute.

n) Ἑκάστῃ κατασκευῇ σώματος μοχθηρῷ βίος ἐλεύθερος μιγνύσθω. GALENVS *de Sanit. tuenda Libr.* 2.

Man muß jede arbeitsame Lebensart mit einem freyen Leben mischen.

o) Ῥαθυμίη ὑγραίνει καὶ ἀσθενὲς τὸ σῶμα ποιεῖ. HIPPOCR. *de Diaeta L.* 1.

Die Wollust macht einen feuchten und schwachen Leib.

p) Τὴν δίαιταν ταῖς μεταβολαῖς ὑπήκοον ἔχειν μὴ καταδεδουλωμένην μηδὲ ἐνδεδεμένην ἑνὶ σχήματι βίου;

Man muß eine an Veränderung gewöhnte Lebensart führen, nicht eine solche, welche auf eine Knechtische art einerley Gestalt hat.

sel trift man in einer wohlgeordneten bäuerischen Wirthschaft an, auch der gröste Monarche, wenn er gesund leben will, muß etwas einfaches, welches nur dem Lande eigen ist, in seine Hoheit mischen; die ruhigen Bürger derer Städte müssen, nach Celsi Rath, manchmal Bauern werden, um die Vortheile zu geniesen, welche diesem Stande eigen sind. [q])

Das

οὐ γὰρ ἀσφαλὲς οὐδὲ ῥᾴδιον οὐδὲ πολιτικὸν οὐδὲ ἀνθρωπινὸν ἀλλ' ὀστρέου τινὸς ζωῇ προσεοικὸς ἢ στελέχοις, τὸ ἀμετάστατον τοῦτο κατηναγκασμένον ἐν τροφαῖς καὶ ἀποχαῖς καὶ κινήσεσι καὶ ἡσυχίαις; εἰς ἐπίσκιον τινὰ βίον καὶ σχολαστὴν καὶ μονότροπόν τινα καὶ ἄφιλον καὶ ἄδοξον ἀπωτάτω πολιτείας καθίσασιν ἑαυτούς. PLVT. ὑγ. παραγγ.

Denn es ist weder gut, noch angenehm, noch bürgerlich, noch menschlich, sondern dem Leben einer an einem Felsen beständig klebenden Auster, oder eines Stockes, ähnlich, in essen, trinken, oder fasten, in Bewegung oder Ruhe ein also gezwungenes Leben zu führen. Dergleichen Leute setzen sich selbst in eine dunkle, müßige, einsame, zur Freundschaft unbequeme, niederträchtige, Lebensart, indem sie sich dem gemeinen Wesen entziehen.

q) Μὴ διάπονον ἔχειν τὸ σῶμα μηδὲ ἀμβλὺ μηδὲ ἀπαγορεῦον, ἀλλ' ὥσπερ ἐν νεολκίᾳ τεθεραπευόμενοι. Διὸ, τῶν πραγ-

Man muß seinen Leib weder mit Arbeit schwächen, noch ihn durch Faulheit stumpf, und dem gemeinen Wesen unnützlich, machen, sondern ihn gleichsam wie ein beschädigtes Schiff im Hafen ausbessern: Dem-

μάτων

Das bäurische Leben, in so ferne es denen beschäfftigten Menschen eine Hülfe zu Abwendung besorglicher Krankheiten und Handlungen gegenwärtiger Beschwerungen, dienen soll, muß also verstanden werden, wie es soll: Es ist solches ein freyerer Genuß derer natürlichen Dinge, als man in grossen Gesellschafften haben kann, durch welchen man seine Seelen- und Leibes-Kräffte zu ergänzen gedenket: Es muß demnach die Wollust derer Städte in das Landleben nicht eingemischet werden, noch weniger muß es an denen nothwendigsten Bequemlichkeiten mangeln. Man würde sich schlecht rathen, wenn man dem arbeitsamen Ackersmann in allen Stücken ähnlich werden wollte. CELSVS *de re Medica Lib. I. cap. II.* lehret, in welcher Maase sonderlich die Gelehrten sich der freyen Luft bedienen, und nach welchem Maase sie

μάτων διδόντων, ἀναληπτέον ἑαυτοὺς, μηδὲ ὕπνου φθονοῦντας τῷ σώματι μηδὲ ἀρίστου, μηδὲ ῥᾳστώνης, τὸ μέσον ἡδυπαθείας καὶ κακοπαθείας. PLVTARCH. ὑγ. παρ.

nach, wenn die Geschäffte es verstatten, muß man sich vergnügt machen, den Schlaf, oder eine gute Mahlzeit, oder den Müßiggang dem Leibe nicht mißgönnen, und sich in einem Mittelstande zwischen Lust und Beschwerlichkeit erhalten.

sie ihre Leibesübungen einrichten, sollen. „Gelehrte, sagt er, haben fleißiger auf sich „acht zu haben, damit sie das, was ihr „Körper, der Ort wo sie leben, und ihr „Nachsinnen, schlimm machet, durch ei„ne gute Ordnung ersetzen mögen. Sie „sollen, wenn sie übel verdauet haben, „ob sie gleich auch frühe aufzustehen ge„nöthiget wären, dennoch im Bette ver„bleiben: Sie sollen die Mittagssonne, „die Früh- und Abendluft, vermeyden, „und sich, weder durch Frost, noch Hitze, „bewegen lassen. Sie sollen sich vor der „Mahlzeit bewegen, und sich darinnen „nach ihrem Vermögen einrichten. Sie „sollen biß zum Schweiß, und nicht über „die Ermüdung, gehen.„ Es würde der Versuch übel ablauffen, wenn ein zärtlicher Stadtmagen die bäurische Kost, in Meynung dadurch verhärtet zu werden, geniesen wollte. Nur arbeitsamen Menschen macht der Hunger die stärkeste Speise gesund und angenehm, [r]) welche vor

r) Καθαρά τε καὶ ἀκραιφνὴς ὄρεξις ὑγιαίνοντι σώματι πᾶν ἡδὺ ποιεῖ, καὶ ἁρπαλέον, (ὡς ὅμηρος φησὶ) καὶ πρόσφορον. PLVTARCH. *Praecept. Sanit.*

Gesunder und wohlgeordneter Hunger macht einem gesunden Körper alles süsse, wie es nach Homeri Redensart gleichsam auf dem Raub genossen wird und ohne Wahl vorkommt.

vor Zärtlinge eine schlimme Nahrung seyn würde.[s])

Die Vortheile des Landlebens bestehen in der Bequemlichkeit, die Wollust derer Städte zu meiden, und eine ruhige Gemüthsverfassung mit nöthiger Leibesübung und einer Wahl einfacher Nahrungsmittel, welche aber dennoch ausgesuchet, und einem jeden zugeeignet, seyn muß,[t]) gehörig zu vermengen:

Es könnte von denen Vortheilen des Landes, einer langwierigen Gesundheit zu geniesen, vieles gehandelt werden: Es sey aber vor jetzo mir erlaubt, von dem Aufenthalt auf dem Lande, in Absicht auf die Cur verschiedener Krankheiten, derer alten Aertzte Meynungen zu untersuchen.

Langwierige Krankheiten, deren Besorgung durch häußliche Geschäffte gestöhret werden möchten, erfordern die

 Entfer-

s) Τὰ ἰσχυρότατα μάλιστά γε καὶ ἐπιφανέστατα λυμαίνεται τὸν ἄνθρωπον καὶ τὸν ὑγιέα ἐόντα. HIPP. *de prisca med.*

Starke Speisen können bekannter massen auch einem gesunden Menschen schaden.

t) Ἡ νῦν χρεόμεθα, ἐξ ἐκείνης τῆς ἀγρίης καὶ θηριώδεος εὑρημένη δίαιτα:. *Ibid.*

Die uns gewöhnlichen Speisen sind aus jener wilden und thierischen Speise-Ordnung ausgesucht:

Entfernung und Einsamkeit. u) Die Wahl derer Speisen verträgt sich besser mit einem Leben, welches ferne von allen Reitzungen des Hofes, oder der Stadt, geführet wird. Sie müssen der Krankheit gemäß seyn, derer Artztneyen Eigenschaft haben, x) und denen Ursachen derer Beschwernissen entgegen stehen. y) Die fruchtbare Erde giebt ihren Einwohnern eine Menge nährender und zugleich helffender Speisen, welchen ein wenig Fleisch nur als ein Gewürze zugesetzet werden muß. z) Die wachsenden Speisen,

u) Γῆν μεταμείβειν σύμφορον ἐπὶ τοῖσι μακροῖσι νουσήμασιν. HIPPOCRAT. Epidem. 6.

Bey langwierigen Krankheiten ist es zuträglich, den Aufenthalt zu verändern.

x) Τὰ φάρμακα ἐν τροφῇ. ARETAEVS *de Curat. acut. L. 1. c. 10.*

Die Arzeneyen sind in der Speise.

Τροφαὶ φαρμακώδεες. AETIVS Tetrabibl. 1. L. 2.

Arzeneyen ähnliche Speisen.

y) Φυλάττεσθαι δὲ καὶ τὴν ποικιλίαν τῶν τροφῶν ἄμεινον, καὶ μᾶλλον ἐὰν ἐξ ἐναντίων εἰσὶ δυνάμεων. PAVL. L. I. ογ. περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων.

Es ist besser eine Veränderung in denen Speisen zu halten, zumahl wenn ihre Kräfte denen Ursachen der Krankheit entgegen gestellt werden.

z) Καὶ κράτιστον μὲν, ἐθίσαι τὸ σῶμα μηδεμιᾶς προσδεῖσθαι σαρκοφαγίας, πολλὰ γὰρ πρὸς εὐπάθειαν καὶ ἀπόλαυσιν ἀνα- δίδωσι

Es ist besser den Leib anzugewöhnen, daß er des Fleischessens nicht bedürffe: Denn die Erde giebt, zum

sen, wenn sie mit gehöriger Zubereitung genossen werden, erweichen den Leib; es ist besser solchen durch Nahrungsmittel geöffnet zu erhalten, als durch Artztneyen.[aa]) Die süssen reifen Früchte, theils frisch, theils getrocknet und gekocht, sind

δίδωσι ἡ γὴ, τοῖς μὲν αὐτόθεν ἀπραγμόνως χρῆσθαι παρέχουσα, τὰ δὲ μιγνύμενα καὶ παντοδαπῶς παρασκευαζόμενα συνηθύνειν· Ἐπεὶ δὲ τὸ ἦθος τρόπόν τινα φύσις οὐ παρὰ φύσιν γέγονεν, οὐ δεῖ χρῆσθαι κρεοφαγίᾳ πρὸς ἀποπλήρωσιν ὀρέξεως, ὥσπερ λύκους ἢ λέοντας, ἀλλ᾽ οἷον ὑπέρεισμα καὶ διάζωσμα τῆς τροφῆς ἐπιβαλλομένους. ἑτέροις σιτίοις χρῆσθαι καὶ ὄψοις ἃ καὶ κατὰ φύσιν, καὶ τῆς ψυχῆς ἧττον ἀμβλύνει τὸ λογικόν. PLVTARCH. *Praec. San.*

Wohlleben, und zum Nutzen, alles benöthigte, indem sie einigen etwas darreichet, welches man ohne Vorbereitung geniessen kan, andern aber die Freyheit läßt, allerhand Dinge zu mischen, und durch die Kunst zu verbinden. Weil aber die Gewohnheit auf eine gewisse Art der Natur zu wieder ist, so muß man zwar das Fleisch nicht zur Sättigung, wie die Wölffe und Löwen thun, sondern nur als eine Zukost und Gewürze, geniessen, und solches andern Speisen welche wachsen, zusetzen, weil diese, ihrer Natur nach, die vernünftigen Handlungen weniger schwächen.

aa) Τὴν κοιλίαν δεῖ μαλακὴν παρασκευάζειν μετὰ διαίτης ἄνευ φαρμακείας, ἔστι δὲ πλεῖω καὶ ἀσφαλῆ οἷς τισὶ χρώμενος οὐκ ἂν διαμάρτοις. DIOCL. CARYST. *Epist. Prophylact.* ad Antigonum Regem.

Man muß den Bauch erweichen, durch eine geordnete Lebensart, ohne Arzeney. Es giebt viele und sichere Dinge, bey deren Gebrauch man nicht irren kan.

denen vertrockneten Bäuchen eine heilsame Kost, und denen Alten ein bewährtes Hülfsmittel, da ihre Beschwerlichkeiten lediglich von dem natürlichen Abfall ihrer Kräfte, durch Vertrocknung ihrer Grundtheile, herkommen. [bb]) Denen Nahrlossen Kranken sind die Früchte der Ceres eine sichere Artzeney. [cc]) Ob nun gleich

Μαλάχη λάπαθον καὶ βλίτον καὶ ἀνδράχνη καὶ ἀσπάραγοι καὶ κολοκύνθη καὶ θριδακίνη ἑφθαὶ, ταῦτα δὲ καὶ τὴν γαστέρα ἡσυχῆ ὑπάγει καὶ τὰς τῶν οὔρων δήξεις ἀμβλύνει: RVFFVS *Ephes. de Vesicae Renumque affectibus Cap. 13.*

Dergleichen sind, Spinath, Meyer, Portulac, Spargel, Gurken, Sallat, alles wohl gekocht. Diese machen den Leib ruhig und offen, und lindern das beschwerliche harnen.

bb) Τὰ λαχανώδη πάντα πρὸ τῶν ἄλλων σιτίων ἐσθίειν χρὴ, διά τε τούτων ἱκανῶς ἡ γαστὴρ λαπάττεται καὶ σύκων καὶ κοκκυμήλων, ὅσατ᾽ ἄλλα κατὰ θέρος καὶ φθινόπωρον ἀκμάζει, χειμῶνος δὲ διά τε τῶν ἰσχάδων καὶ τῶν δαμασκηνῶν κοκκυμήλων ἑψομένων, οὐ μὴν ἀλόην γε συμβουλεύω προσφέρεσθαι, οὐδενὸς τούτων ἐστὶ χρεία τοῖς γέρουσιν, ὅτι μὴ μεγάλης ἀνάγκης καταλαβούσης οὐδὲν ὅλως χρὴ φαρμακῶδες προσφέρειν. GALENVS *de Sanit. tuenda Libr. 3.*

Man muß derer Kräuter vor andern Speisen sich bedienen, diese erhalten den Leib gnugsam offen, dergleichen sind Feigen und Pflaumen, oder was sonst im Sommer und Herbst reif wird; Im Winter aber getrocknete Feigen und Pflaumen, wenn man sie vorher gekochet hat: Dabey braucht man keine Aloe: Alte Leute bedürffen keiner Artzeneyen, man muß ihnen ohne Noth nichts Artzeney ähnliches geben.

cc) Ἐάν τε δὴ διδόναι θέλῃς σεμιδάλεως εἶναι διδόναι χόνδρον

Wenn du etwas stärkendes geben willst, so gieb

ἢ πτι-

gleich dieses alles mitten in denen volkreichesten Städten eben so gut genossen werden möchte, so sind doch die Nebenumstände, der Entfernung von Geschäften, und der gemächlichen Lebensart, ohne welchen die besten Nahrungsmittel nichts helffen würden, nirgends in ihrer natürlichen Einfalt so gewiß, als auf dem Lande, oder doch in dem freyen Leben eines Meyerhofs, oder Gartens, anzutreffen, woselbst die von frischwachsenden Frühlingskräutern genährten Thiere ihre Milch, welche nichts anders, als ein geläuterter Kräutersaft ist, dem Menschen zu seiner Nahrung, [dd]) und zugleich

ἢ πτισάνην πυρίνην, ταῦτα γὰρ τῶν ῥοφημάτων ἰσχυρότερα. HIPPOCR. Libr. περὶ παθῶν.

Grauppen- und Waytzengetränke: Dieses sind die Arzeneyen, welche am meisten stärken.

Κατὰ δὲ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους ὑγρότατον μὲν καὶ λεπτότατον ἐστὶ τὸ ἐαρινὸν γάλα. AETIVS *Tetrabibl. Libr. 1. c. 89.*

Unter allen Jahrszeiten ist die Frühlingsmilch die flüßigste.

dd) Ὄρρον καὶ γάλα ἐς τὴν ὥρην πιπίσκειν. HIPP. *de Victu in Morbis acutis.*

Biß in den Herbst soll man Milch und Molken trinken.

οὔτε δριμέας οὔτ' ὀξέας οὔτ' αὐστηρὰς πάνυ χρὴ τὰς τροφὰς εἶναι τῶν ζώων ὧν τῷ γάλακτι μέλλομεν ὡς εὐχυμοτάτῳ χρῆσθαι. GAL. *de Sanit. tuenda L. V.*

Das Futter derer Thiere, deren Milch man geniessen will, muß nicht scharf, sauer, oder herbe, seyn.

gleich ein bewährtes Mittel in denen Krankheiten, welche von Schärfe des Bluts entstehen, darreichen, ee) wenn man sie, auf eine Art, die nur dem Landleben eigen ist, frisch gemolken trinket. ff) Woselbst eine reine von dem Unflath derer Städte nicht befleckte Luft die Kör-

Γάλα ἡδὺ μὲν προσάρασθαι, πιεῖν δὲ ῥήϊστον, στερεὸν θρέψας καὶ τροφῆς ἁπάσης ἐκ παιδὸς ξυνηθέστερον. ARETAEVS *de Curat. Diut. L. 1. c. 8. ad Phthisin.*

Die Milch ist angenehm zu brauchen, leichte zu geniessen, nähret die Grundtheile unsers Körpers, und ist eine von Jugend auf angewöhnte Speise.

Τὸ ὀῤῥῶδες τοῦ γάλακτος λεπτύνει πάχος χυμῶν. AETIVS *Tetrabibl. I. Lib. II.* ονη

Der Molken verdünnet die dicken Säffte.

ee) Ὁ ὄῤῥος ῥυπτικὴν ἔχων δύναμιν ὑπαγωγῆς γαστρὸς ἕνεκα παραλαμβάνεται, πινόμενός τε καὶ διὰ κλυστήρων ἐνιέμενος; περιπλύνει γὰρ καὶ ῥύπτει ἀδήκτως τὰς ἐν τοῖς ἐντέροις δριμύτητας. AETIVS *Tetrabibl. L. I. c. 96.*

Der Molken hat eine reinigende Krafft, wenn er zu Eröffnung des Leibes genossen, oder auch zu Clystiren gebraucht, wird, denn er feuchtet an, und lindert ohne Hefftigkeit, derer Eingeweyde Schärffe.

Κάλλιον τὸ γάλα αἴγειον, λεπτότερον καὶ ὀῤῥωδέστερον. GAL. *de Sanit. tuenda L. V.*

Die Ziegenmilch ist besser dünner und molkigter.

Τὸ γάλα ὄνειον ἥκιστα μετέχει τοῦ λιπαροῦ χυμοῦ, διὸ καὶ σπανίως ἐτυρώθη τινὶ κατὰ γαστέρα. AETIVS *Tetrab. L. I. Serm. 2. cap. 87.*

Die Eselsmilch hat am wenigsten Fett, und wird im Magen nicht leicht zu Käse.

ff) Ἄμεινον δὲ ἕωθεν πίνειν νεόβδαλτον τὸ γάλα. AETIVS *Tetrab. L. I. c. 93.*

Man muß die Milch frisch gemolken trinken.

Körper umgiebt, gestalten zum Aufenthalt auf dem Lande unter denen Gegenden, in welchen man leben will, in so ferne sie der besten Luft theilhaftig sind, eine kluge Wahl zu treffen ist; [gg]) und woselbst ein klares Felsenwasser zum Getränke dienen kan, [hh]) welches dem Brun-

gg) Ἄριστον δὲ ἀέρα λέγω τὸν ἀκριβῶς καθαρόν; εἴη δ' ἂν τοιοῦτος: ὁ μήτε λιμναῖος ὁ μήτε ἑλῶν ἀναθυμιάσει ἐπιθολούμενος μήτε ἐκ βαράθρου θηλητήριον αὔραν ἀποπνέοντος, οὕτως δὲ καὶ ὅστις ἐκ τινὸς ὀχετοῦ, τῶν καθαιρόντων ἢ μεγάλην τὴν πόλιν ἢ πολυάνθρωπον στρατόπεδον, ἐπιθολοῦται, μοχθηρὸς ἱκανῶς ἐστί; μοχθηρός τε, ὃς ἂν ἐκ τινὸς σηπεδόνος ἢ ζώων ἢ κόπρου μιαίνηται, ὥσπερ καὶ ὅστις ἐν κοίλῳ χωρίῳ πανταχόθι ὑψηλοῖς ὄρεσι περιεχομένῳ μηδεμίαν πνοὴν δέχεται, πνιγώδης γὰρ οὗτε καὶ σηπεδονώδης. GALENVS *de Sanitate tuenda Libr. I.*

Die beste Luft ist die reineste, dergleichen möchte seyn, welche nicht von stehenden Wässern, oder dem Dampf derer Sümpfe, beflecket ist, oder nahe an unterirrdischen Höhlen, welche bößartige Ausdämpfungen haben, sich befindet, oder denen Wasserleitungen grosser bevölkerter Städte nahe ist, welche den Schlamm derer Strassen abführen, auch ist die Luft schädlich, welche von Fäulniß, entweder derer Thiere, oder des Unflates, verderbet ist, oder, welcher sich in denen mit hohen Bergen umschlossenen Thälern befindet und keinen Abzug hat, denn dergleichen Luft ist erstickend und faulend.

hh) Ἄριστα τὰ ὕδατα ὁκόσα ἐκ μετεώρων χωρίων ῥέει. HIPPOCRAT. *de aere, aquis et locis.*

Das beste Wasser ist, welches aus erhabenen Orten fließt.

Πρόσφατον πηγαῖον. GALENVS *Lib. 7. meth. med.*

Ausgeschöpftes Brunnenwasser.

Brunnenwasser derer Städte weit vorzuziehen ist.

Wenn aber auch dieses alles in denen Städten erhalten werden könnte, so ist doch, zur Cur solcher Krankheiten, welche die Entfernung ertragen, das Landleben, in Betrachtung derer daselbst zu geniessenden freyen Bewegung, und derer mit dem Landleben verknüpften ergötzenden Leibesübungen, in alle Wege vorzuziehen. Was den Aufenthalt an einsamen nicht umschränkten Gegenden insonderheit vor eine gewisse Art derer Kranken nutzbar macht, sind die Reizungen und Gelegenheit zu Leibesübungen: Diese stärken die gesunden Gliedmaasen, ii) reinigen den Körper, öffnen dessen

ii) Πόνος τοῖσιν ἄρθροισι καὶ σαρκὶ σῖτος. HIPPOCR. Epid. 5.

Die Arbeit ist eine Speise derer Glieder und Muscln.

Τοῖς γυμνασίοις ῥώμη τοῖς ὀργάνοις ἐγγίνεται. GALEN. *de Sanit. tuenda Lib. 1.*

Durch Uebungen, bekommen des Körpers Werkzeuge Kraft.

Παρασκευάζει (ἡ κίνησις) τὰ ὀργανικὰ μόρια εὔτονα πρὸς τὰς ἐνεργείας, τὴν δὲ τῆς τροφῆς ἀλλοίωσιν ἑτοιμοτέραν καὶ τὴν θρέψιν βέλτιον ἐργάζεται, ἐκκαθαίρει δὲ καὶ τοὺς πόρους, κενοῦν τὰ περιττώματα διὰ τὴν τοῦ πνευμα-

Die Bewegung macht die Theile stark zu ihren Verrichtungen, verbessert die Verdauung derer Speisen, und befördert die Nahrung, führet das Böse ab, in dem sie die Reinigungswege

dessen Wege und verzehren den Ueberfluß der Säffte, [kk]) wenn anders selbige durch die Unmäßigkeit nicht wieder ersetzet werden, dahero der Mangel, dessen, was den Bauch füllet, ein Geferde des Landlebens seyn muß. [ll])

Nach-

πνεύματος ἰσχυρὰν κίνησιν. PAVL. *L. 1. c. 15. de exercitiis.* — ausfeget, durch die verstärkte Bewegung des Luftschöpfens.

kk) Γυμνάσια λύειν δύνανται τὰ περιττώματα καὶ διὰ πόρων ἐκκενοῦν. GALENVS *ὑγ. λόγ. α.* — Die Leibesübungen können die überflüßigen Säfte auflösen und durch die Reinigungswege austreiben.

Ἀνάγκη τρία ταῦτα γενέσθαι πρὸς κίνησιν, κατὰ τὸ γυμναζόμενον σῶμα, τὴν δὲ σκληρότητα τῶν ὀργάνων ἀλλήλοις παρατριβομένων, τὴν δὲ ἐμφύτου θερμότητος αὔξησιν, τὴν δὲ τοῦ πνεύματος κίνησιν, τὴν πρὸς ἐνεργείας εὐτονίαν, τὴν τῶν ἀναδιδομένων ἀλλοίωσιν ἑτοιμοτέραν, καὶ τὴν θρέψιν βελτίονα καὶ τῶν περιττωμάτων κένωσιν. GALEN. *de Sanit. tuenda Lib. 2.* — Die Bewegung muß dreyerley in dem beschäftigten Körper würken: eine Festigkeit derer Theile durch ihr Zusammenreiben, eine Vermehrung der Lebenswärme, und ein freyeres Luftschöpfen, derowegen eine Kraft in Verrichtungen, eine bessere Nahrung, und einen Abgang des Ueberflüßigen.

ll) Ἄριστα λέλεκται τροφῆς ἀκορίην πόνων ἀοκνίαν ὑγιεινότατα εἶναι. PLVTARCH. *Sanit. Praecept.* — Es ist eine derer besten Gesundheitsregeln: daß die Mäßigkeit in Essen und Trinken nebst fleißiger Bewegung, am zuträglichsten sey.

Ἄσκησις ὑγιὴς, ἀκορίη τροφῆς, ἀοκνίη πόνων. HIPPOCRAT. *Epidem 6.* — Diejenigen Uebungen sind gesund, welche mit Mäßigkeit und anhaltender Arbeit geschehen.

Nachdem aber die Absichten sind, um welcher willen man die Beschäfftigungen des Landlebens erwehlet, nachdem müssen auch die Uebungen eingerichtet seyn: Einige, welche ausserdem einer vollkommen Gesundheit sich zu erfreuen haben, suchen sich immer mehr und mehr durch Arbeit abzuhärten: Dieses ist keine Uebung, sondern eine ermüdende Beschäfftigung, und jungen Leuten sonderlich zuträglich.[mm]) Anders aber haben diejenigen sich bey ihrer Wirthschaft auf dem Lande zu bezeigen, welche, von Natur schwächlich sind, und, ihrer Gesundheit halber, sich weit von Geschäften aufhalten.[nn]) Sie haben hierzu eine bequeme Jahrszeit zu wählen. Die Verändrungen stürmischer Luft wohl zu beobachten, und sich selbiger nicht auszusetzen.

mm) Γυμνάσια δ' ἅμα καὶ ἔργα, σκάπτειν, ἀροῦν, κλᾶν ἀμπέλους, ἀχθοφορεῖν, ἀμᾶν, ἱππεύειν, ὁπλαμαχεῖν, ὁδοιπορεῖν κυνηγετεῖν, ἁλιεύειν, ξύλα τε σχίζειν, καὶ κρίθας ἐμβάλλοντας κόλμῳ κόπτειν τε καὶ ἐκλεπίζειν. GALEN. *de Sanit. tuenda Libr.* 2.

Uebungen und Arbeit: Graben, ackern, Weinberge bauen, Last tragen, fahren, reiten, reisen, jagen, fischen, Holz spalten, Gerste sieben, dreschen, das Korn von Hülsen reinigen.

nn) Ὑγιείας μόνης ἕνεκα γυμναζόμενοι. GALENVS *de Sanit tuenda Lib. 1.*

Die sich nur üben, um ihre Gesundheit wieder zu erlangen.

zusetzen. oo) Sich nach der Bewegung wohl pflegen, pp) bey vermerkter Müdigkeit ruhen. qq) Die Uebungen müssen mit Vergnügen und Beschäftigung derer Sinnen durch allerhand reizende Sachen geschehen. rr) Derowegen ist eine Gesellschaft ausgesuchter Freunde ein nothwendiger Umstand des Landlebens, sonderlich wenn Gemüths-Krankheiten die Veranlassung dazu gegeben haben. ſſ) Das Spatzierengehen ist ein wesentlicher Theil dieses angenehmen Aufenthalts. Diese Bewegung erwärmet

oo) Ἀέρος αἰφνιδίη ταραχὴ φυλακτέη. HIPP. *Epid.* 6.

Die jählinge Luftveränderung muß man meiden.

pp) Ἀποθεραπεῖαι Corporis cura post motum. GALENVS *de Sanit. tuenda Lib.* 1.

Also hieß ein Theil der artis gymnasticae, die Sorge vor den Leib nach deren Uebungen.

qq) Ἐν πάσῃ κινήσει, ὁκόταν ἄρχηται πονέειν, τὸ διαπαύειν ἄκοπον. GALEN. *de Sanit. tuenda. Lib.* 2.

Bey aller Bewegung ist dieses das Mittel, die Kräfte zu erhalten, wenn man, während der Arbeit, ruhet.

rr) Ὀρθῶς ὁ πλάτων παρήνεσεν, μηδὲ σῶμα κινεῖν ἄνευ ψυχῆς μηδὲ ψυχὴν ἄνευ σώματος ἀλλ᾽ οἷον τινὰ συνωρίδος ἰσορροπίαν διαφυλάττειν. PLVTARCHVS *Praecept. Sanit.*

Plato hat wohl erinnert, man soll den Leib nicht sonder Seele, noch die Seele sonder Leib, bewegen, sondern beydes in einem Gleichgewichte halten.

ſſ) Κακὸν ἀναισθησίας σώματι φάρμακον ἀπονία, ὐδὲν

Die Entfernung von Geschäften ist eine schlimme Arzeney vor Betrübniß, und

met den Leib, erfreuet das Gemüthe, giebt Gelegenheit zum vergnügten Nachsinnen zu Hause; Dieses, und keineswegs ein tiefsinniges Betrachten häußlicher Geschäfte, oder gelehrte Grillen, muß die Beschäftigung nach der Mittagsmahlzeit seyn: tt) Hippocrates rathet die Spatziergänge in denen Frühestunden, damit der Körper von der Sonnenhitze nicht erwärme, und warnet zugleich vor der frischen Luft derer Frühe- und Abendszeiten. uu)

Der

δὲ βελτίων ψυχῆς ἰατρὸς ἢ μαλακία καὶ ῥαθυμία καὶ προσδοσία φίλων. PLVTARCHVS *ibid.*

ist kein besserer Arzt des Gemüthes, als Ruhe bey guten Muthe, und Bewirthung guter Freunde.

tt) Περιπάτοις τὰς ψυχὰς διαφέρειν μετὰ δεῖπνου, μήτε πράγμασι μήτε φροντίσι μήτε σοφιστικαῖς ἀγῶσι. PLVTARCHVS *Sanit. Praecept.*

Man muß nach der Mahlzeit die Seele mit Spatzierengehen, keineswegs aber mit Bemühungen, Sorgen, oder gelehrten Wortwechsel, beschäftigen.

uu) Οἱ ὄρθριοι περίπατοι ἰσχναίνουσι καὶ τὰ περὶ τὴν κεφαλὴν κουφώττει, καὶ εὐήκοα παρασκευάζει καὶ τὴν κοιλίην λύει· HIPPOCRAT. *Epid. Lib. 6. Sect. VI.*

Die Lustgänge in der Frühe nehmen dem Körper einen Theil seines Ueberflusses, erleichtern das Haupt, machen gutes Gehör, und öffnen den Leib.

Πρωὶ δὲ χρέεσθαι τοῖσι περιπάτοισιν, ἡλίου δὲ φυλάσσειν, καὶ τὰ ψύχεα τοῦτε πρωὶ καὶ τὰ ἐν τῇ ἑσπέρῃ. HIPPOCR. *de diaeta Sanorum.*

Frühe soll man spatzieren gehen, und die frische Luft des Morgens und Abends vermeiden.

Der Herr Verfertiger gegenwärtiger gelehrten Schrift hat seine Einsicht in denen Theilen der Artztneykunst, durch welche der Körper gesund erhalten, und dessen besorglichen Krankheiten vorgebeuget wird, in Bestimmung guter Ordnung des Landlebens zur Gnüge erwiesen: Die Schreibart ist leichte, und der Sache, wovon sie handelt, eigen, das ist, angenehm. Die Gedanken fliessen durch natürliche Folgen auseinander. Es ist nicht nöthig, eine Sache zu loben, die sich selbst beliebt macht. Ich wünsche dem geneigten Leser die glücklichen Würkungen des von dem Herrn Verfasser ihm mitgetheilten guten Raths.

D. Johann Ernst Hebenstreit,
der Therapie Prof. und der medicinischen Facultät Decanus, der Kayserlichen Leopoldinischen, und Königlichen Französischen Marsilischen gelehrten Gesellschaft Mitglied.

Leipzig, den 1. Mart.
1751.

Ob man die Aertzte in gesunden Tagen brauchen könne?

Confirmantur consilia nostra, dum Viris Prudentibus recteque scientibus idem Videri deprehendimus.

CICERO.

Vorrede

Vorrede des Auctoris.

Wahrheiten, welche sonst scheinen die seltsamsten zu seyn, sind öfters die nöthigsten und nützlichsten. Sie müssen zwar bey Leuten, die alles, was nicht so gleich in die Sinne fällt, verwerfen, mancherley Arten des Wiederspruchs erdulten, doch werden sie von der Erfahrung, wie ohnedem beschützet, so am Ende nachdrücklich vertheidiget. Gleiches Schicksaal hat sich gegenwärtige Frage, die ein medicinisches Paradoxon in sich hält, zu versichern, denn, zu geschweigen, daß viele deren Grund entweder in einer halbgelehrten Einbildung, oder niederträchtigen Einfalt, suchen, und die Gelegenheit unter dem Verdacht eignen Nutzens zu finden vermeynen dürften, so werden andere diese Frage als ganz wiedersinnig erklären, indem der Satz noch feste stünde, da kein Gesunder des Artztes bedürfe, ja vielmehr die Erfahrung offenbar bezeigte, daß diejenigen, welche stets mit Aertzten zu thun hätten, auch beständig mit Krankheiten und kränklichen Zufällen kämpfen müsten, und, was sollte man anders unter dem Titel eines Medici suchen, als einen Mann, der, wenn der

kranke Zustand des Menschen in höchsten Grad der Gefahr stehet, alsdenn im Stande sey, denselben sogleich in die Gesundheit zu versetzen? Denn, man ist damit nicht zu frieden, daß die Aertzte Krankheiten zuvor anzeigen, und denenselben in der Zeit vorbeugen wollen, sondern man lässet es lieber auf die Erfahrung ankommen, wenn man auch selbige mit einem Martyrer-Tode annehmen sollte, da man doch bey vernünftigen Leuten mehr Dank verdienet, die Gefahr zu zeigen, als sie aus derselben, welches allemal nicht gewiß geschehen kann, zu retten. Vernunft und Erfahrung bieten hier einander die Hand, und unterstützen mein Unternehmen mit solchen Gründen, welche die Unvollkommenheit desselben, und den ungemeinen Nutzen dieses Satzes, vollkommen rechtfertigen. Denn ist es nicht vernünftig eine Sache zu bewahren, wenn man sie noch besitzet? und wie getrauet man sich etwas wiedrum in seinen vollkommnen Stand und ächten Werth zu erhalten, wenn es bereits verlohren gegangen?

Man entschuldiget es, daß man einem Gesunden Gesundheit und Wohlseyn wünschet; wie will man mit Recht tadeln, wenn sich die Aertzte um die Gesundheit noch bey

guten

guten Tagen bemühen? Ich will mich dabey nicht aufhalten, was es vor Mühe koste, ehe wir in unsere besten und recht gesunden Jahre treten; verdienen diese nicht auf alle mögliche Art bewahret zu werden? So aber bemühen wir uns eben zu der Zeit, da wir die Gesundheit unsers Leibes recht befestigen könnten, mit Fleiß dieselbe zu unterminiren, die Kräfte des Lebens mit einander zu verschwenden, daher denn die meisten die Verdrüßlichkeiten des Alters mitten in ihrer Jugend erfahren, und viele davon in der besten Blüthe dahin fallen müssen; Ja, wenn man auch dem Schaden einigermassen zuvor kommen, und die Gesundheit in der Zeit retten könnte, so wird doch die Krankheit noch zu gering, und der Artzt vor unnütze, dabey gehalten, bis jene ihre Größe mit mehr als zu deutlicher Empfindung zeiget, und dieser alsdenn, ja GOtt selbst, oftmals Wunder thun müste, dergleichen Patienten aus der Gefahr des Todes in eine vollkommne Hofnung des Lebens zu setzen. Es kann mit der Vernunft leicht begriffen werden, daß es möglich sey, Krankheiten und den oftmals daraus erfolgenden frühzeitigen Tod zu verhüten, weil sie ihre gewissen Ursachen haben, welche, wenn sie in Zeiten erkannt, und aus

dem Wege geräumet, werden, ihre Wirkungen zugleich mit heben; sollte denn hier und bey allen diesen der Rath der Aertzte nicht zu brauchen seyn? Aus der Erfahrung erhellet dieses sonnenklar, da die meisten der Kranken gestehen müssen, wie sie aus eigner Schuld den so wunderbaren Bau ihres Körpers von den Feinden des Lebens einnehmen lassen, und wenn fraget man hierbey nach den Aertzten? eben zu der Zeit, wenn die Macht der Krankheit den Kräften der Natur beynahe überlegen, und sonst kein Mittel weiter anschlagen wollen. Dieses nennet der seel. Geheimde Rath Hofmann, welcher sich den Ruhm eines erfahrnen und beglückten Artztes durch ganz Europa erworben, den gemeinsten und schädlichsten Fehler, welcher nur in Sachen der Gesundheit kann gefunden werden, dahero darf ich mich nicht entblöden, diese Abhandlung bekannt zu machen, weil ich einen solchen grossen Vorgänger habe, der nicht nur in seinen ganzen diätetischen Schriften, sondern auch in einer besondren Dissertation, *) denselben auszu-

*) De necessario sanis medico, oder, daß der Artzt auch den Gesunden nöthig sey, Halle, 1733. worinnen er auch seine Gedanken über die Worte unsers Heilandes: Die Starken bedürfen des Artz-

rotten sich äusserst bemühet. Ich will nur den prächtigen Nutzen einer Gesundheits-Wahrheit, die vermuthlich die wichtigste ist, weiter und allgemeiner zu befördern suchen, und von weitläuftigen Erinnerungen abbrechen, je grösser der Eckel wird, den man bey Schriften, welche der Gesundheit zum besten geschrieben werden, insgemein erfähret.

Die Griechen setzten ehemals in ihren Briefen das Wort ὑγιαίνειν vor, wodurch sie anzeigen wollten, daß ihre Freunde bey deren Erbrechung sich so wohl bey guter Gesundheit befinden, als auch durch alle Vorsorge dabey erhalten, sollten, und die Alten pflegten allemal ihre Briefe mit dergleichen Redensarten zu beschlüssen. Wie wünschte ich: daß alle, denen sich mein Satz zur Beurtheilung vorleget, in dem vollkommensten Zustand eines Wohlbefindens seyn möchten!

 Denn

tes nicht: weitläuftig an Tag leget. Wenn man bedenket, daß die selbstständige Weisheit den Artzt hier als einen Clinicum ansiehet, und sich dieser Redensart mehr moralisch bedienet, so kann man, in Ansehung unsers Satzes, nichts wiedersprechendes finden. Aus den folgenden Worten des Heilandes wird es vollkommen klar; doch will ich eben keinen Exegeten agiren und denen Gottesgelehrten in ihr Amt greifen, sondern habe nur diese Anmerkung gewissen Leuten hersetzen müssen.

Denn eben diesen besonders zum besten lasse ich mir zuförderst angelegen seyn, aus richtigen Gründen zu zeigen: warum sie die Aertzte noch in gesunden Tagen brauchen können?

Daß sie eine hinlängliche Erkenntniß ihrer Natur und Gesundheit, und dabey gnugsame Wissenschaft einer wohleingerichteten Diät, erhalten.

Ein jeder ist aus natürlicher Schuldigkeit verbunden, sein Leben zu bewahren, mithin gewisser massen auch sein eigner Medicus zu seyn. *) Die Beobachtung dieser Pflicht verhält sich nach der Erkenntniß, die einer von sich haben muß. Nun weiß zwar jeder einigermassen aus der Erfahrung, was ihm gut, oder schädlich, sey, aber dieses geschiehet oftmals mit Schaden der edlen Gesundheit, die ja wohl verdienet noch a priori erkannt zu werden. Einer, der sich nicht den medicinischen Wissenschaften gewidmet hat, kann seine Natur nicht so gnau erforschen, weil er alle Wirkungen derselben und die ächten Kennzeichen davon nicht verstehet, folglich wird

*) Dieses habe ich in dem Vorbericht zu des H. Hofrath Platners Tr. von der Reinlichkeit weiter berühret.

wird er auch nicht versichert seyn: ob die Lebensart, in der er sich befindet, just der Beschaffenheit seiner Gesundheit zuträglich? und ob die Dinge, deren er sich erst ohne Schaden bedienet, nicht mit der Zeit eine Zerrüttung im Körper anrichten können? Hieraus entspringet die allgemeine Quelle der meisten Krankheiten. Wie mancher würde den Artzt vor dem Kranken Bette ersparen können, wenn er sich dessen Rath noch in gesunden Tagen bedienet hätte! Zweifelt man aber, daß ein Medicus im Stande sey, ein dergleichen Consilium zu geben, so thut man es ohne Grund und aus einer vorgefaßten Meynung, die man ohnmöglich vertheidigen kann. Man giebt zu, daß die Natur eines jeden insbesondre schwer zu erkennen; Man gestehet ferner: ein jeder müsse die Beschaffenheit seines Leibes am besten erfahren; aber alsdenn wird die Erfahrung desto gewisser, und die Erforschung der Natur und Gesundheit desto gründlicher, wenn man die Wissenschaft und den Rath eines Artztes damit verbindet. Der Begriff, welchen ein Gesundheits-Gelehrter von einem gesunden Körper überhaupt und ins besondre haben muß, ehe er mit Gewissen und Vertrauen einen Kranken in die Cur nehmen

men kann, ist allemal mit den natürlichsten Grundsätzen verbunden, eine dermalen vollkomne Beschaffenheit der Gesundheit auch zu erhalten, in deren ersteren die Physiologie, und in diesem die Diät, bestehet. Beyde setzen die weitläuftigsten Wissenschaften voraus, und die Gründe, welche in der ersten zum Behuf der letztren durch die tiefste Einsicht gefunden worden, sind oftmals mit häufiger Erfahrung bestärket, und werden durch unzählige Merkmaale entdecket, daß man also ein ächtes Vertrauen zu einem Artzte fassen, und ein gegründetes Urtheil von der Natur des Körpers, der Gesundheit und dem Leben, nebst dessen Erhaltungsmitteln, erwarten kann. Z. E. ein Medicus erkläret den Umlauf des Bluts, so wird man auch zugleich hören, was denselben in oder aus der Ordnung seines Kreises setzen könne? Verlanget man zu wissen: wie so vielerley Arten und Speisen vermischet, verdauet, verändert, und in Saft und Blut verwandelt, werden? so wird man auch dabey erfahren, was vor Speisen dem Magen am kräftigsten sind, und wie alle diese Verrichtungen in dem Körper ohne einige Hindrung von statten gehen können? da dieses jedoch bey jedem in etwas unterschieden, so ist der Rath

des

des Artztes nach einer individual Erkenntniß ins besondre nöthig; und wie glücklich wird man alsdenn nach einer hinlänglichen Wissenschaft das Amt, sein eigner Medicus zu seyn, verwalten! welches darinnen bestehet, daß man auf sich wohl Acht habe, und bey den geringsten Merkmaalen einer Unordnung in der Oeconomie seines Körpers so gleich den Rath des Artztes zum Beystand und Hülfe suche. Grossen Herren müssen ganze Collegia sanitatis zu Befehl und Diensten stehen, welche sich um die Gesundheit noch bey gesunden Tagen zu deren Verwahrung bemühen.

Ich habe, in Untersuchung dieser Wahrheiten, sonderlich zwo wichtige Hindernisse angetroffen, deren eines die Aertzte, und das andere die Patienten, angehet, welche den heilsamsten Gesundheitsrath so selten machen. „Dieses kann ich nicht unerinnert lassen, so redet der grosse angeführte Medicus D. Hofmann, daß leider! dasjenige, was die Medici durch ihre Kunst am gewissesten praestiren könnten, so wohl von ihnen selbst, als von denen Patienten am meisten, negligiret werde.„ Was ist aber dieses? Nichts anders, als die edle Wissenschaft, wie man sich vor Krankheiten hüten und denselben

selben durch eine ordentliche Lebensart vorbauen, möge? Dieses ist das vortreflichste Stück unsrer Kunst, darauf man folglich auch den grösten Fleiß wenden sollte. Ja diese Wissenschaft sollte man vor andern recht auslernen und ausstudirem, wenn man dem menschlichen Geschlecht durch die Medicin nützlich seyn wollte. „ Besonders aber können diejenigen Aertzte die Diät in gesunden Tagen sehr verdächtig machen, welche selbst ihre Gesundheit so schlecht besorgen; oder gar den Character des Quintus, eines ehemaligen römischen Artztes, behaupten. Diese stiften so viel Schaden, als ein Geistlicher, welcher von dem Himmel redet, so lange er nur auf der Canzel stehet. Ich will eben damit nicht so viel sagen, als ob ein Medicus allzuscrupulös in der Diät seyn, und nur von gewissen Speisen essen, sollte; Unterdessen sollte und könnte öfters auch ein Medicus die Gesundheit selber seyn, deren prächtiger Werth aus seiner Lebhaftigkeit herfürblicken würde. Es muß überhaupt ein guter Stoff zu einem Gelehrten seyn, sonderlich aber zu einem Artzte, der um die Gesundheit anderer Menschen öfters seine eigene dabey muß zusetzen. Wie kann der Patiente zu einem Medico ein

Ver-

Vertrauen fassen, daß er ihm die Gesund-heit wieder erstatten werde, der doch selbst mit einer hippokratischen Bildung erscheinet, und mehr ein Contrefait des Todes, als der Gesundheit, vorstellet? Dahero würden viele das Medice, cura te ipsum nicht hören dürfen. Dieses muß man erinnern, damit die edle Wissenschaft der Medicin dabey gerettet werde.

Auf Seiten der Patienten ist dieses nicht ein gering schädlicher Irrthum den Artzt zu der Zeit zu suchen, wenn die Krankheit beynahe das Leben gewonnen, und schon viele Mittel, die oftmals den Schaden unheilbarer machen, vergeblich angewendet worden, wodurch gleichfalls der Adel der Genesungs-Kunst nicht wenig beleidiget, und die Ehre des Artztes merklich gekränket, wird. Gesetzt auch: daß nur kranke und sieche Personen den Artzt brauchen sollten; so ist zu wissen, daß die wenigsten eine vollkomne Gesundheit besitzen, und wir also mehrentheils alle Patienten nach gewissen Graden sind. Unser Leben ist beynahe eine stete Krankheit, und der Mensch, wie schon Hippokrates redet, von seinem Ursprung her ein Patiente. Und was das übelste dabey ist, so mißbrauchen wir unsern guten Gesundheitszustand, wenn

wir

wir irgend noch einen haben, und bringen uns selbst Schmerzen und sieche Tage zu wege. Wie immer einer sein Glück nicht ertragen kann, so ist auch den meisten bey ihrer Gesundheit gar zu wohl, daß sie sich dahero mit aller Mühe Krankheiten, öfters nicht ohne Gefahr des Lebens, häufen. Ueberhaupt giebt es zweyerley Arten gesunder Menschen: Einige sind vollkommen gesund, denn wir nehmen insgemein die Gesundheit in keinem so engen Verstande, sondern wenn einer essen, trinken, schlafen, und arbeiten, kann, den nennen wir gesund, und diese haben Ursache durch ein gutes Verhalten in der Diät sich dabey zu erhalten, und, wo sie hier und da einiges Bedenken haben, den Medicum darum zu fragen; Andere nennen sich auch gesund, indem sie leicht übergehende Zufälle nicht achten, unterdessen ihre Lebensart nach dem verderbten Appetit fortführen, ja so gar leiden wollen, was sie können, wenn sie nur thun können, was sie wollen; und diese haben sich vor grosse Ausschweifungen in Acht zu nehmen, je mehr sie den Artzt auch noch bey dem Einbruch der Krankheiten verachten; Solche kann man ohne Bedenken mit in die Rolle der Patienten rechnen;

Wie nöthig ist also der Artzt in gesunden Tagen, besonders, wenn sich verschiedene Zufälle und Krankheiten anmelden!

Leichte Anfälle werden selten geachtet, und wir sind vor deren Unterdrückung nicht eher bedacht, bis sie mit der grösten Gewalt und gefährlichsten Wirkung ausgebrochen. Unterdessen kann ein wenig verdorbner Appetit, eine geringe Schwachheit des Körpers, oder andrer geringscheinender Zufall, öfters die grösten Folgen nach sich ziehen, und die gefährlichsten Krankheiten anzeigen. Wenn man nach dem Essen einen fremden Geschmack im Munde empfindet, der Magen blähet, der Kopf schwer ist, und überhaupt der Körper nicht expedit seyn will, denn ist es Zeit sich zu dem Artzt zu wenden, damit er, nach Befinden, den Magen reinige, die verderbten Säfte corrigire, den Lauf des Geblüts dirigire, und also Fiebern, oder andern Krankheiten, zuvor kommen möge. Wir bleiben zwar öfters noch gesund, oder die Natur überwindet die angethane Bravour, wenn man auch eine Uebereilung und Unordnung in diesen und jenen begehet; aber wie lange währet es, und wie lange kann die Natur die öfteren Anfälle ertragen? Es kann

ein heftig erregter Affect, ein einziger unvorsichtiger Trunk, ein geringscheinendes Uebermaas in Speisen und Delicatessen, ja auch ein unordentlicher und unzeitiger Gebrauch der Arztneyen, den Grund zu den grösten Uebeln legen. Wir verstehen nicht alles, was uns gut ist, oder übereilen uns öfters in Dingen, die wir gleichgültig halten; Dahero sollte man wohl den Rath der Aertzte in noch gesunden Tagen nicht so gar verachten, welcher unsern guten Zustand des Lebens auf mancherley Weise beschützen könnte. Ueberdieses ist es, nach Uebereinstimmung aller Aertzte, leichter die Gesundheit zu erhalten, als wiedrum zu ersetzen, und wenn wir auch alles anwenden, und bringen den siechen Körper noch zu rechte, so geschiehet es doch öfters, daß er die Dauer und Eigenschaft der Gesundheit nicht erhält, welche er vormals besessen.

Ich getraue mir eine grosse Anzahl Patienten als Zeugen aufzuführen, die mir zugestehen werden, daß sie in der Jugend ihrer Natur mehr zugetrauet, als wirklich deren Kräfte hinreichend waren, die übelsten Zufälle geringe geachtet, oder selbige oftmals auf eine desperate Art zu unterdrücken gesucht

sucht, folglich sich selbst gefährliche und langwierige Krankheiten zugezogen.

Ferner verhoffe ich den Beyfall aller Medicorum, welches sonst etwas seltsames ist, zu erhalten, wenn man sich in gesunden Tagen eines Artztes bedienete, der Gründlichkeit und Erfahrung besitzet, so würde man nicht von so vielerley Arten der Fieber, Blutstürzungen, Kopfweh, Schwindsucht, und hectischen Krankheiten, Steck- und Schlagflüssen, Lähmungen, Colicken, Ausschlag, Steinschmerzen, dem Miserere, Scorbut, Gicht, Hüftweh, Podagra, der venerischen Seuche, engländischen Krankheit, und vielen andern Zufällen, hören, und dennoch sind diese Krankheiten, worüber man am heftigsten klaget, in unsern Tagen die gemeinsten, und öfters incurabel, wenn entweder eine unglückliche Cur dazu gekommen, oder sich solche intricate Zufälle einfinden, worein sich selbst der erfahrenste Medicus nicht schicken kann, blos, weil das ganze System des Körpers auf allen Seiten will zu trümmern gehen. Allen diesen und weit mehreren Folgen hätte man können zuvor kommen, wenn man in gesunden Tagen die Kräfte seiner Natur gehemmet und unterstützet, ehe man Gelegenheit zu Ursachen der Krank-

Krankheiten, welche zugleich Ursachen des Todes sind, gegeben hätte. Denn, untersuchet man den Ursprung aller dieser Krankheiten, so ist es insgemein die verderbte Lebensart, und ein Grund zu dieser ist wiedrum der unterlaßne Rath der Aertzte, oder welchen man, wenn man ihn auch gehöret, dennoch verachtet, und auf die Erfahrung und Empfindung gewartet, unter deren Last nun so viele Siechlinge, und öfters vergeblich, nach Hülfe und Lindrung seufzen.

Sollte nicht der Rath eines Medici bey Gebrauch der Mittel, deren man sich insgemein zu Verhütung der Krankheiten bedienet, nöthig seyn?

Es giebt Leute, die noch ganz gesund sind, und dabey noch wohl leben könnten, sie nehmen aber immer etwas praeservative ein, und gemeiniglich ohne Berathung eines vernünftigen Medici, da sie denn vielmals in Krankheiten fallen, welche sie sonst nicht würden erfahren haben. Lächerlich ist es, täglich, auch bey der gesündesten Luft, etwas wieder die Pest zu nehmen, und was dergleichen mehr ist. Die Ursache, warum man hier den Rath der Aertzte vermeidet, ist vermuthlich diese: daß man sich einbildet,

wenn man einen Medicum consulirete, so gleich müsse man sich auch der Medicamente bedienen, dagegen verfällt man in einen andern Irrthum, daß man Arztneyen ohne den Artzt brauchet. Das erste ist in gesunden Tagen nicht allemal nothwendig, denn wenn ich hier den Rath der Aertzte anpreise, so will ich nicht, daß man auch Hauß-Apotheken anlegen solle, und in Ansehung des letztren ist wohl an dem, was man sonst zu sagen pflegt: Medice viuere, est pessime viuere. Man findet auch nicht den rechten Artzt, der gleich Pulver und Tropfen giebt, sondern der jedem einen hinlänglichen Begriff von seiner Natur und Dauer der Kräfte beybringen, und hiernach eine wohleingerichte Diät und Gesundheits-Ordnung vorschreiben, und von allen Dingen, die zur Gesundheit einschlagen, und selbige theils ausmachen, theils unterhalten, ein geschicktes Urtheil geben kann, welches Consilium weit schwerer, als eines vor dem Kranken-Bette, ist, wo viel empyrisches Wesen mit unterläuft. Dagegen erfordert jenes eine gründliche Gelehrsamkeit in der Artztneylehre überhaupt, und insbesondre eine genaue Erkenntniß von dem Nutzen und Verrichtungen der Theile des Leibes, der Speisen

und Geträncke, der Luft und Gegend des Landes, der Gewohnheiten und anderer Nebenumstände des Lebens, und ist deswegen auf Seiten des Artztes nicht in Ansehung der Belohnung, sondern in Absicht auf seine Wissenschaften, um so viel favorabler, weil er sich dadurch von einem After-Artzt am deutlichsten unterscheidet; Denn dieser kann sich nicht weiter helfen, als mit Artztneyen, und giebt, es mag der Natur heilsam, oder entgegen, seyn, und giebt so lange, bis er dieselben entweder unterdrücket, oder die Natur muß seine Gewaltthätigkeit überwinden, und endlich noch das beste ausrichten. Nur muß man sich wundern, wie Leute, welche sonst vernünftig seyn wollen, ihr Leben, eines der wichtigsten Dinge, eher in die Hände eines solchen verwegnen Gesundheits-Verderbers setzen, als einem gelehrten Medico anvertrauen, wollen; Könnten sie nicht natürlich schlüssen, daß dieser, der den gesunden Zustand des Leibes erkennet, auch im Gegentheil den kranken desto gründlicher erforschen, und diesen weit glücklicher in jenen wiedrum versetzen könne? Dahero würde auf Seiten der Patienten ein Rath in gesunden Tagen ein desto stärkeres Vertrauen zu dem Rathe der Aertzte in Krankheiten erwecken; Und in Anse-

hung der Genesungs-Kunst selber würde diese in ihre Würde wiedrum erhaben, und doch einmal von so vielen ungereimten und den Patienten selbst nachtheiligen Vorurtheilen glücklich befreyet, werden. Ich höre hier schon von weiten eine Menge der vielfältigen, doch grundlosen, Vorsprüche und Zeugnisse, welche denen Medicastern favorisiren sollen, und würde viel zu thun haben, wenn ich sie alle prüfen wollte. Es ist ja bekannt, was einmal casu fortuito geschieht, das kann dagegen hundertmal unglücklich ablaufen. Wer nun sein Leben in eine gefährliche Probe geben, und ein experimentum per mortem, wie Plinius redet, anstellen lassen will, dem stehet es ja frey, denn es kostet sein Leben. Die Vorwürfe, welche einige von den Aertzten in niedrigen Classen verdienen, jedoch aber das gesamte Chor der Gesundheitsgelehrten hören müssen, will ich ihnen selbst zu vertheidigen überlassen. Es sind gerechte Klagen, wie vielmals Aertzte selbst ihren Rath, und sich zugleich, ausser Vertrauen setzen, doch will ich sie lieber verschweigen. *)

 Was

*) Wenn einige denken so glücklich zu seyn die medicinischen Wissenschafren allein zu besitzen, da doch Hippokrates zugestehen muste, daß er vieles nicht wisse, so können vernünftige Leute leichte schlüssen: warum

Was die Mittel selber betrift, mit denen man seine Gesundheit erhalten, und Krankheiten verhüten, will, so ist damit ein sorgfältiger Unterscheid, so wohl in Ansehung des Mittels selbst, als auch in Absicht auf die eigentliche Beschaffenheit der Gesundheit, zu machen. Insbesondre sollte dieses nach eines jeden Lebensart und Natur accommodiret werden, zumal wenn das Mittel eine prophylactische Tugend, die zwischen einem Präservatif und Heilungsmittel stehet, erweisen, und schon gegenwärtige Krankheiten hintertreiben, soll; Da aber auch solche Mittel gefunden werden, welche präservative gewissermassen auch allen bekommen können, wenn man nur zuvor untersuchet und erforschet hat, in wie ferne alle Naturen übereinkommen? so kann man auch dergleichen mit grossen Nutzen brauchen. Und welches sind diese Mittel?

Nun würde ich bald ein Buch Pappier zur Hand nehmen müssen, um sie alle zu beschreiben, doch bin ich es nicht vermögend, weil

warum ein Consilium so selten zu einer Uebereinstimmung kann gebracht werden?

Homine imperito nunquam quicquam iniustius,
Qui, nisi quod ipse facit, nihil rectum putat.
Terent.

weil ich sie nicht einmal alle weiß, noch wissen kann. Ich will jedes in seiner Würde lassen. Es kommt mir aber sehr verdächtig vor, daß man von sogenannten Lebensbalsamen, Lebens-Elixiren, Gallen- und Magen-Tropfen, oder gar Gold-Tincturen, u. s. w. wunderswürdige Kräfte, Präservative, und Curative, rühmet, und was das größte dabey ist, allen Menschen überhaupt, in allen Theilen der Welt, ja so gar allen Patienten als Panaceen, hohe Arcana, und wie die Titel weiter lauten, recommendiret, und durch seine Recommendation gemeiniglich sich nicht nur allein, sondern die ganze Medicin, prostituiret. Es giebt Leute, deren lasterhafte Geldbegierde auch die Gesundheit nicht verschonet, sondern beschäftiget sind, sich einen Schatz mit dem Verlust des besten Kleinodes so vieler tausend Menschen zu erwerben, welchen man billig verfluchen möchte. Es lieget sonnenklar am Tage, und die betrübte Erfahrung lehret gnugsam, daß diejenigen, so dergleichen Dinge beständig brauchen, am meisten valetudinarii sind, und nimmer zu rechter Gesundheit kommen, zumal wenn sie an Krankheiten, die unter dem Namen der Malades imaginaires bekannt, zugleich laboriren. Die Gesundheit verdienet

 es

es noch weiter um sie zu reden, und die Gedult meiner Leser kann nicht zu sehr gemißbrauchet werden, wenn sie die Gesundheit, die so schätzbar ist, an sich selbst zu schätzen wissen. Die jetzigen Lebensarten der Menschen erfordern es auch, daß ein Medicus einmal die so sehr verfallne Hoheit der Artztneykunst öffentlich, ob schon die Wahrheit nicht jedem schmecket, rette.

Ich habe einige Untersuchung mit diesen Mitteln angestellet, und sonderlich ihre Wirkungen aus der Erfahrung notiret, worinnen mich der Beystand und die Erfahrung anderer Aertzte nicht gänzlich verlassen. So viel habe ich gefunden: daß einigen, welche einen mit vielen Feuchtigkeiten angehäuften Körper haben, diese erhitzende Artztneyen, und alle aromatische Dinge, noch endlich bekommen. Andere aber haben dabey über Schwachheit des Magens und Wallung im Geblüte geklaget. Noch einige, die ohnedem viele Galle hatten, sind durch Gebrauch der Gallentropfen, Elixiere, und überhaupt bitterer und aloetischer Artztneyen alsdenn in ein Gallen- oder hitziges Fieber, verfallen. Ja ich weiß ein Exempel, daß ein Patiente, welcher noch über seinen Medicum seufzet, durch dergleichen Artztney in reisende Glieder-

Schmer-

Schmerzen gerathen, und wenn man den übermäßigen Gebrauch davon ansiehet, so lässet es sich auch nicht anders schlüssen, ob ich gleich die Ehre eines Medici eher vertheidige, als beleidige. Was die Lebensbalsame betrift, so würde ich dazu ein ziemliches Capital verwenden müssen, wenn ich eine wohlgeprüfte Recension, die vermuthlich auch nicht anstehen würde, fürnehmen wollte. Hierdurch wird die Interesse der Apotheker am meisten geschwächet. Unter so vielerley Arten sind einige auszunehmen, welche ihre besondere Tugend, und grosse Medicos zu Erfindern, haben. Diese aber rühmen sie nicht überhaupt, sondern nur in Schwachheiten als allgemein, und können nach einer Kankheit zur Stärkung der Natur gar wohl, und besser in Wasser, als auf Zucker, wenn dieses anders einigen nicht zu scrupuloes scheinet, genommen werden.

Ueberhaupt muß man einen Unterschied in der Artztney machen, die man präservative, oder curative, nehmen will, und dieser Unterschied verhält sich hauptsächlich nach dem Befinden eines jeden Körpers insbesondre. Wer sehr phlegmatisch ist, kann noch in gesunden Tagen zuweilen etwas Magen- und aromatische

sche Tropfen nehmen, und da diese einem andern, der voll Feuer ist, in seiner Gesundheit nicht bekommen würden, so können sie ihm doch zu anderer Zeit eine kleine Schwachheit des Magens curiren. So siehet also ein jeder leichtlich ein, daß dieses hauptsächlich auf dem geschickten Rath eines Medici beruhe. Man hat etwa noch einige Mittel, die ziemlichermassen allen zur Praeservation bekommen möchten, und vornämlich diese 3. Haupt-Tugenden zeigen müssen, das sie die natürlichen Auswürfe befördern, den Magen und die Viscera zugleich gelinde stärken, und per consensum das Geblüte verbessern, oder in guten Stand erhalten, können; *) Denn man muß

*) Dieses getraue ich mir sonderlich in einem gewissen Medicament gefunden zu haben, das am sichersten nach eines jeden Natur und Gradu wirket. Es bestehet dieses in einer gewissen balsamischen Tinctur, welche nebst weiterer Beschreibung bey mir zu haben. Ein gewisses Pulver, welches etwas stärker und prophylactice wirket, ist mir gleichfalls unter Beschäftigung dieser Artztneyen zu Theile worden, indem ich nicht allein vor andere, sondern vor mich, dergleichen Mittel gesuchet, und sorgfältig geprüfet, habe. Ich kann aber dieses, weil ich mich nach eines jeden besondern Umständen hierbey richte, niemanden anvertrauen. Wollte aber jemand benennte Tinctur in Commißion nehmen, dem werde ich mich vor dessen gütige Bemühung verbindlich bezeigen, und will mir dißfalls nur zuverläßige Nachricht ausbitten.

muß mit einem Präservatif gewissermassen weit behutsamer, als einem wirklichen Cur-Mittel, umgehen, weil man gar bald einen Gesunden krank, aber keinen Kranken so gleich gesund, machen kann.

Am besten wäre es gar keine Medicin in gesunden Tagen zu brauchen, weil der Grund der Gesundheit vornämlich auf einer guten Lebensart bestehet. Der beste Artzt in gesunden Tagen ist wohl die Mäßigkeit, eine Tugend, welche allemal die Gesundheit begleitet, und das beste Präservatif ist vornämlich ein gründlicher Rath des Medici, welcher mehr auf eine gute Einrichtung der Lebensart, als auf die Apotheke, abzielet. Wir müssen zu Erhaltung unsers Lebens Speis und Trank zu uns nehmen, und wenn uns dieses nicht wohl bekommen will, und man einige Unordnung in dem Körper vermerket, alsdenn ist es Zeit, Medicin zunehmen, so nach unsrer Leibesbeschaffenheit geschickt und kräftig ist, da mag es wohl mit dem Ovidius heissen:

Principiis obsta! sero Medicina paratur.

So

bitten. Ich mache aber aus dergleichen Dingen keine Geheimnisse, welche ebensfalls andere Medici können.

So ist es eben auch mit andern Mitteln beschaffen, welcher man sich öfters ohne Noth, oder doch ohne einem Medico, zur Gesundheit bedienen will, ich sage will, weil man sie mehrentheils damit verletzet. Viele wollen den Leib durch schwitzen reinigen, und treiben nur damit den Gift mehr ins Blut, welcher noch aus den ersten Wegen hätte geführet, und dadurch die Ursachen der gefährlichsten Krankheiten gar sehr bey Seite geräumet, werden können. Hippokrates, der vornehmste nicht nur der griechischen, sondern aller, Aertzte, und Celsus, der berühmteste Medicus unter den Römern, ja so gar der Weltweise Plato, haben auf dergleichen Mittel, womit man sich öfters zur Unzeit retten will, nicht viel gehalten, dahero verbietet Hippokrates Gesunden das unnöthige purgiren, und der Hippokrates zu unsern Zeiten, ich meyne den weltberühmten Boerhaave, einen Lehrer der Artztneygelahrtheit in Leiden, erinnert, daß man bey üblen Säften noch leben, ohne Feuchtigkeiten aber sein Leben nicht erhalten, könne, denn einige brauchen dieses Mittel stark, daß schon mancher die Seele damit gereiniget. Viele lassen zur Ader eben zu der Zeit, wo sie die Kräfte des Lebens am meisten bewahren sollten. Der Herr

von

von Sviten, jetzo Ihro Kayserlichen Majestäten berühmter Leib-Medicus, erweiset in d. Com. über gedachten Boerhaave s. Aphor. pr. mit dem höchsten Grad der Wahrscheinlichkeit, daß diejenigen, welche oft Ader lassen, um nicht vollblüthig zu werden, alsdenn erst Gelegenheit zur Vollblüthigkeit geben, welche, wie bekannt, als eine fruchtbare Mutter, viele Krankheiten zeuget. Denn die Adern, welche zuvor mit Blut erfüllet waren, fallen bey dem Lassen, wegen ihrer elastischen Eigenschaft, zusammen, und nehmen alsdenn, da das Blut in dem Herzen, als dessen Officin, vom neuen gearbeitet, und mit forçe wiedrum in alle Aeste der Adern vertheilet, wird, ihrer ausdehnenden Kraft wegen, mehr Blut in sich, als sie zuvor fassen konnten, ob schon dieses, nach Beschaffenheit der Aderlasse und den Umständen eines gesunden und kranken Menschen, verschieden ist. Nun wollen wir zwar alle diese Mittel mit dem bekannten Pohlnischen Edelmann und Medico, Gehema, nicht unter die grausamen Mord- sondern vielmehr mit dem gelehrten Stuttgardischen Medico, D. Geuder, zu den heilsamen Lebensmitteln, zählen. Es kommt nur hierbey unentbehrlich auf den geschickten Rath eines Medici an.

Kennet

Kennet man also den Artzt in gesunden Tagen, so wird er uns in Krankheiten desto besser kennen, und der Natur weit eher Hülfe verschaffen.

Viele, die es haben können, pflegen sich einen beständigen Medicum, nach ihrem Vertrauen, zu erwählen, und ihm das Directorium der Natur und Gesundheit, in gesunden und ungesunden Tagen, zu überlassen. Und diese werden mit ihrem Zeugnisse aus der Erfahrung bestätigen: daß man die Aertzte auch in gesunden Tagen brauchen könne. Wie eine Festung weit vortheilhafter zu defendiren, als einzunehmen, ist, so kann auch die Natur durch einigen zeitigen Gesundheitsrath weit glücklicher die Feinde des Lebens abhalten, als aus ihrem Posseß treiben, und da kann der Artzt sein Amt am besten verwalten, dahero sagt der unter den Griechen und Römern so berühmte Galen:*) „Ein praeservirender Artzt ist einem curirenden noch vorzuziehen. Die Praeservirung ist gewissermassen eine Cur.„ Und in wirklichen Krankheiten wird man sich einem solchen Medico mit desto stärkren Vertrauen übergeben können, den man schon nach seiner gründlichen Theorie, und

*) lib. 1. de diff. febr.

und welcher dagegen unsre Natur, Lebensart, und andere Umstände, genauer kennet, da sonst aus dem Mangel der Wissenschaft von diesen Dingen eben die meisten Hindernisse der besten Cur entstehen. So gut als ich es hier mit der Gesundheit, und fast den Aertzten zum Nachtheil, meyne, so werde ich doch noch verschiedene Vorwürfe hören müssen, wie der Rath der Aertzte vor die Gesundheit etwas überflüßiges sey; sonderlich präsumire ich schon den Einwurf einiger gesunden Helden; daß der Medicus die Gesundheit wohl nicht werde anders machen, als sie von der Natur des Körpers abstammet; Allein zu geschweigen; daß auch die Gesundheit eines Gesunden noch besser verstärket und erhohet werden könne; so kann man doch einem Medico dieses mit Recht nicht absprechen, daß er den dermaligen Zustand der Gesundheit, die ohnedem so selten vollkommen gefunden wird, in welchem sich einer befindet, nicht nur glücklich erhalten, sondern auch vor vielen Zufällen verwahren, könne. Ich will dieses annoch mit einem gründlichen Urtheil des mit Ruhm gedachten **Hofmanns** bestärken. „Insonderheit, **sagt er**, *) pflege ich so wohl

*) in s. gründl. Anweisung, wie man seine Gesundheit vor schweren Krankheiten verwahren könne, im 2. Th.

wohl insgemein allen und jeden, als besonders denen Medicis, denselben Theil der Medicin, welcher von der Präservation handelt, bestens zu recommendiren, indem ich der billigen Meynung bin, daß ein verständiger Medicus viel eine größre Wohlthat dem menschlichen Geschlecht durch Verwahrung für schwere unheilbare Krankheiten leisten könne, als seine ganze übrige Kunst und Fleis bey miserablen und verdorbenen Personen, deren etliche wieder zu Rechte werden, austräget." Und so blühet noch der Ruhm der ältesten griechischen Aertzte, welche besonders diesen Theil vor den wichtigsten in der Artztney-Kunst gehalten, und dahero die diätetischen Wissenschaften vor andern zu excoliren sich angelegen seyn lassen.

Nach überstandner Krankheit und erst wieder erlangten Gesundheit kann man vielmals den Artzt noch am nöthigsten haben.

Es ist nicht ein geringes zum Schaden der Gesundheit, daß man immer seiner guten Natur allzuviel zutrauet. Man sollte meynen: die Gesunden würden dahero dieselbe recht zu beschützen suchen; aber weit gefehlet! Denn die meisten beschäftigen sich nur ihre Natur desto stärker zu forçiren, und mit ihrer

ihrer Lebensart recht offensive wieder dieselbe zu agiren, zumal wenn es Leute sind, die noch nicht viel Krankheiten empfunden haben, wo gemeiniglich das Sprüchwort seinen Platz verdienet: **Der beste Gesunde ist der gefährlichste Kranke.** Wenn sie nun in Krankheiten gerathen, und einige davon sich wiedrum aufrichten, so pflegen sie bey Zeiten aus der Cur zu eilen, und dem Artzt den Abschied zu ertheilen, weil sie die gute Hoffnung zu ihrer Natur haben, sie werde sich schon wiedrum aufhelfen, die doch vielmals eben in einer solchen Verfassung stehet, da der Artzt am nöthigsten ist, dieselbe zu dero vollkommnen Zustand zu befördern. Hieher entspringet die allgemeine Quelle der Recidive, welche das letzte ärger machen, als das erste, und vielmals einen geringen Fehler der Diät zur Ursache des Todes setzen. Exempel bestätigen es. Wechsel- und andere Fieber, die eben noch nicht gefährlich sind, und woraus sich der Kranke schon ermahnet, gehen vielmals in einen Metaschematismum, oder Verändrung der Krankheit, werden zu den hitzigsten Fiebern, und statuiren gar bald selbst eine Verändrung des Lebens. Nach verlohrner Gelbensucht, und vorgestoßner Alteration,

 oder

oder Gebrauch erhitzender Dinge, hat Celsus ein tödtliches Fieber bemerket. Ferner hat die Erfahrung gelehret, welche noch lehret, daß nach einigen Remiß in Stein-Schmerzen durch Gebrauch hitziger und stark urintreibender Sachen eine Entzündung der Nieren, ja endlich ein ordentliches Geschwüre derselben, wie Trallianus schon befunden, erfolgen könne. Der mancherley Fieber, der Wassersucht, Geschwulst, Hectick, und anderer schweren Uebel, welche durch die Praxis der alten Weiber, und gemeiniglich aus verkehrter Diät, nach wichtigen Krankheiten entstehen, welchen der Rath eines Medici vorbeugen könnte, zu geschweigen. Sehr lobenswürdig war die Gewohnheit der Alten, da sich die Patienten nach ihrer Krankheit eine Zeitlang einer stärkenden Diät bedienen musten.

Es wird auch diese Anmerkung nicht vergebens zu bemerken seyn: **Daß diejenigen, welche sich fälschlich einbilden gesund zu seyn, den Artzt sehr nöthig brauchen.**

Wie es überhaupt schwer ist, von der wahren Eigenschaft einer Sache zu urtheilen, so ist es auch nicht leicht, eine gute Gesundheit zu erkennen. Es kommt nicht allein

keine darauf an, daß einer gesund aussiehet, denn dieser soll vielmals nach der Regel des Celsus seine volle Gestalt vor verdächtig halten. Es ist auch nicht das erstemal, daß Medici solchen Personen Schlagflüsse, Blutsturz, und Fieber vorhergesaget haben, die darauf in kurzen erfolget. Denn es giebt Krankheiten, welche sich zu keiner Zeit als unverhoft melden, und auf einmal mit gröster Gewalt einbrechen, die um desto gefährlicher sind, weil selbige die Patienten nicht merken. Es sind aber auch dergleichen Zufälle glücklich abgewendet worden, wenn man hier den Rath eines Artztes nicht verspottet, und die Wichtigkeit desselben in den Exempeln anderer gefunden. Diese aber sind am übelsten dran, welche ihr Podagra, Gliedersucht, Steinbeschwerung, und dergleichen Krankheiten, mit schmerzstillenden Mitteln, oder ihr Fieber zur Unzeit, vertrieben, und sich gesund zu seyn schätzen, da es doch mit ihrer Gesundheit in der grösten Gefahr stehet. Denn ihre unzeitige Freude währet nicht lange, und die Feinde des Lebens, welche man nur einigermassen besänftiget, aber nicht gedämpfet, dringen alsdenn mit größrer Gewalt herfür, und verderben öfters auf einmal den ganzen Körper. Wie ist al-

 so

so der Rath der Aertzte da am nöthigsten, wo man ihn am wenigsten zu brauchen glaubet! Fraget man endlich noch: **Wie und worinnen nun der Rath der Aertzte bey vollkommner Gesundheit bestehen solle?** so darf man nicht meynen, daß man hierauf eine Antwort schuldig bleiben werde, *) da schon unter den Alten der unvergleichliche Celsus dergleichen ertheilet. „Ein Gesunder, **sagt er**, der eine gute und freye Lebensart führet, darf sich an keine Gesundheitsgesetze binden, sondern muß vielmehr eine Verändrung in der Lebensart zu brauchen wissen, bald auf dem Lande, bald in der Stadt, doch mehr auf dem Lande leben, bald schiffen, jagen, sich auch zuweilen der Ruhe, doch öfterer der Motion, bedienen, indem die Commodite den Körper schwächet, die Arbeit ihn aber stärket, und aus jener ein zeitiges Alter, aus dieser aber eine lange Jugend, erfolget, keine Art auch von

*) Eigentlich ist der Rath der Aertzte, in gesunden Tagen die Aertzte selber zu fliehen, weil er mehr auf eine gesunde Lebensart zielet. Wo sind aber dergleichen Gesunde? Ich hoffe diese Materie d. G. G. zu andrer Zeit in einer Schrift: Von dem Gesundheits-Rath der Aertzte weiter auszuführen, und mit Exempeln zu erläutern. Zu einer Probe soll der Anhang dieses Tractats unterdessen überhaupt dienen.

von gemeinen Speisen fliehen, und sich manchmal in Gesellschaft finden, öfters aber auch davon entziehen.„*) Er setzet noch ein besondres Consilium hinzu, welches jetzo nicht vergeblich seyn wird, zu berühren. Es handelt von der Liebe. „**Davon saget unser Autor.** Sie ermuntert, sie verderbet das Leben. Man prüfe seine Natur und Alter. Leidet der Körper ohnedem Schwachheiten; sollte man vollends die übrigen Kräfte verderben? Die Nacht ist keines Menschen, als der Verliebten, Freund. Ihre Artztney ist Schlaf und Ruhe. Haec firmis seruanda sunt: cauendumque, ne in secunda valetudine aduersae praesidia consumantur.„ Daß dieses vornämlich in das forum der Medicorum laufe, müssen wohl viele mit ihrer Erfahrung bestärken, dahero die Venus medica et mortifera benennet wird, und unter den Haupt-Ursachen wichtiger Krankheiten stehet. Sollte es also die Gesundheit nicht verdienen, daß man sich um dieselbe noch in gesunden Tagen bemühe? Auch wird man in gegenwärtiger Schrift, so **das gesunde Landleben** anpreiset, hier und da Spuren finden, welche Gesun-

 de

*) S. hiervon die hierinnen befindliche Abhandlung: Von dem Nutzen einer veränderten Lebensart.

de zu den gründlichsten Regeln leiten, wie sie ihre Gesundheit beschützen sollen.

Dieses ist die Absicht meiner geringen Bemühung. Wie glücklich werde ich seyn, wenn ich dieselbe erreichen werde! Noch glücklicher werde ich mich schätzen, wenn andere Gesundheits-Gelehrten, die mehr Einsicht und Erfahrung besitzen, mit ihrem besondren Rath dasjenige ersetzen, was hierinnen noch zu mangeln scheinet.

Das Landleben hat sich zu allen Zeiten, wegen des vielfältigen Nutzens, die gröste Hochachtung und das würdigste Lob erworben. Ich will mich dabey nicht aufhalten, was es vor einen unentbehrlich-oeconomischen Nutzen habe, wovon schon die ältesten Schriften des Constantini Cäsaris, des Cato, Varro, Columella, Palladius, und vieler anderer handeln, *) und den der H. Baron von Hohberg, in seinem **adlichen Land- und Feld-Leben**, weitläuftig gezeiget. **) Den moralischen Nutzen desselben,

*) Man findet solche beysammen in Guil. Goesii Buch, so er de rei agrariae auctoribus etc. geschrieben, und mit Nic. Rigaltii Noten und Anmerkungen, zu Amsterdam 1674. aufgeleget worden.

**) Auch ist eine Schrift unter dem Titel herausgegeben: Essai sur l'agriculture ou les delices de la campagne par Mr. de Canvilie, a la Haye. 1744.

den wird man aus des Hrn. Brockes **irrdischen Vergnügen in GOtt**, und andern Abhandlungen, Oden und Gedichten, schöpfen. Ich bleibe nur bey dem stehen, was das Land-Leben zur Gesundheit beyträget, und aus Sammlung vieler Anmerkungen entstanden, die theils von den ältesten und neuern Aertzten aufgezeichnet, theils von mir hinzugethan worden, worzu verschiedene Casus und Consilia kommen, welche die Sache erläutern. Zu bedauern ist es, daß der ehemalige berühmte Practicus in Rom, Baglivi, durch seinen frühzeitigen Tod verhindert worden, den Entwurf de methodo curandi morbos complures Musica, saltatione, equitatione, nauigatione, venatione, rusticatione, welcher in s. Op. zu finden, weiter auszuführen, denn da würden wir vielleicht ein Meisterstück von so einem Mann erhalten haben, welches um so viel nöthiger gewesen wäre, je mehr man sich insgemein einbildet, daß den Aertzten dergleichen Dinge gar nichts angehen. So hat auch D. Rivinus, eine ehemalige Zierde unsrer Facultät zu Leipzig, eine schöne Dissert. de agrestis Vitae sanitate 1677. geschrieben.

Es ist bekannt, wie viel die Alten auf das Land-Leben, auch der Gesundheit wegen,

gehalten, wovon wir bey den Poeten, dem Ovidius, Virgil, Horaz, Terenz, und andern, desgleichen bey dem Seneca, Cicero, und insonderheit in des jüngern Plinius seinen Episteln, *) häufige Beweise finden, mit denen ich mich, weil sie den Gelehrten sonst bekannt, und besser zu suchen, als anzuführen, sind, dermalen nicht aufhalten will. **) Ich habe in gegenwärtiger Schrift, welche selbst das Land-Leben zum Ursprung hat, die Annehmlichkeit nicht mit der Weitläuftigkeit verderben, sondern nur das Nutzbareste in einer kurzgefaßten Ordnung zeigen, wollen. Hätte ich wohl ein vortreflicheres Gesundheits-Mittel, als das Land-Leben, mit den Zeugnissen der grössesten Gesundheits-Gelehrten anpreisen können?

*) Diese sind auch mit verschiedenen Noten und Anmerkungen des Cortius und Longolius, zu Amsterdam 1734 herausgekommen.

**) conf. C. G. Barthii Diss. de secessibus Veterum ad mentem C. Plinii C. S. Hal. 1701. et Hilscheri Diss. de Vita in secessibus valetudinis caussa quandoque agenda exemplo prisci romani nostrique aeui, occas. loci Pliniani. Lib. V. Ep. VI. Ien. 1725.



Inhalt

Inhalt
dieses Tractats.

Anhang.

Von der Diät und dem Verhalten zum langen Leben.

Die

Inhalt dieses Tractats.

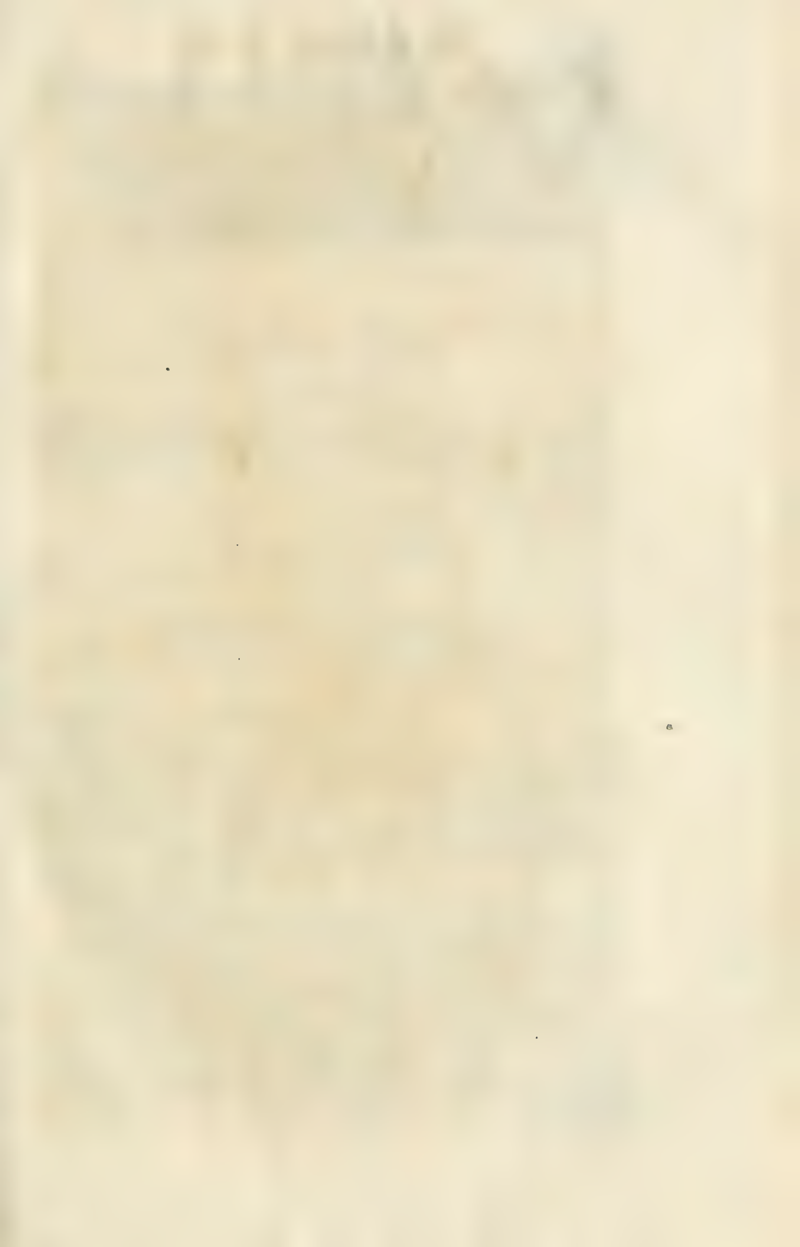
Die Abhandlung enthält

einige Lehr-Sätze: Von einer wohl-eingerichteten Lebensart überhaupt, welche zur Gesundheit und langen Leben dienet.

Von der Diät alter Personen, welchen man insbesondre das Land-Leben recommendiret.



Erster







Erster Theil.

Von der Gesundheit derer Land-Leute.

Erster Abschnitt.

Von der Gesundheit überhaupt.

Unter der Gesundheit verstehet man überhaupt die vollkomne Beschaffenheit des Lebens, da alle Verrichtungen in und mit dem Körper ohne Hinderniß von statten gehen.

Die Gesundheit und das Leben ist so edel, und einem so lieb, wie das andere, obschon die Gesundheit nur eine Wirkung des Lebens ist, und sich allemal nach dessen Kräften verhält, denn es kann einer leben, und doch nicht gesund seyn. Die Gesundheit des Menschen zeiget sich durch menschliche

Handlungen. Jede menschliche Handlung, wenn sich nur der Finger reget, setzet ein Wunder der unerforschlichen Kunst ihres weisen Schöpfers, der das Wesen des Menschen aus zwo verschiednen Theilen, deren jedes wiedrum sein besonder Leben hat, zusammengesetzet, und ihre Gemeinschaft durch ein uns unbekanntes Band verknüpfet. Das Leben der Seele kann ohne Körper bestehen. Der Körper aber, als ein sinnlicher Leib, in so ferne er Empfindung von der Seele hat, muß ohne derselben gar bald vergehen, ob er gleich wegen der Bewegung sein besonder Leben führet; das erkennet man daher, weil das Herze nach der Trennung der Seele noch kurze Zeit schläget. Jeder Pulsschlag zeiget die Gemeinschaft der Seele mit dem Körper an, dahero das Leben des Menschen besonders in dem Blute bestehet. Jedes Glied an dem Menschen hat sein besonder Leben. Alle Menschen haben einerley Wesen, aber das Leben ist bey jedem verschieden. Wie sich die Wirkungen der Seele gegen den Körper, und die Wirkungen des Körpers gegen die Seele verhalten, darnach verhält sich des Menschen Leben. Jene werden unter dem Namen des Genie, und diese unter dem Namen der Natur, das Verhältniß ihrer Gemeinschaft aber mit dem Worte Temperament, angedeutet. Vornämlich entspringen aus der Empfindungs-Kraft der Seele die Verändrungen, und aus der Bewegungs-Kraft des Körpers ihre Begebenheiten sinnlicher und menschlicher Handlungen, jenes bezeiget der Verstand, dieses das Wachsthum des Körpers, den Trieb des Lebens zeiget die Gesichts-Bildung an, und

und daher kommt es, daß sich bey jedem das Gemüth, Natur, Temperament, Gesundheit, und endlich das Leben, verändert. Mehr dürfen wir hier nicht anführen.

Der ganze Mensch ist krank. Es curiret immer ein Kranker den andern. Zur Leibes-Gesundheit hat der oberste Archiater die Aerzte bestellet, welche, wenn sie recht besorget wird, zugleich die Gemüths-Gesundheit befördert. Da nun die Gabe gesund zu machen, unter den göttlichen Wohlthaten gefunden wird, so ist der Aerzte Pflicht, den admirablen Bau des menschlichen Körpers, und was zu dessen Erhaltung dienet, sorgfältig vorzustellen. Und da GOtt Lust an dem Leben der Menschen hat, so müssen Aerzte, nicht nur den Jammer bey Kranken besänftigen, sondern auch gesunden Regeln der Gesundheit anzeigen.

Wenn ich einen vollständigen Abriß von den überwundernsvollen Bau des menschlichen Leibes geben sollte, so würde doch die gröste Vollkommenheit noch die gröste Unvollkommenheit seyn. Finden wir doch nicht einmal einen Namen, der denselben sattsam ausdrücket. Man nennt ihn eine Maschine. Diese Maschine aber hat unzähliche andere Maschinen wiedrum in sich, zu welchen allen menschliche Augen nicht einmal kommen können. Es wird genug seyn, wenn ich anzeige, daß unter der Haut in der Größe eines Sand-Körngens 125000 Abscheidungs-Gefäse zu finden, wie sollte man können die übrigen zählen? Zu dem gehen noch über alle mechanische Grundsätze Verrichtungen vor sich, die so subtil und unbegreiflicher Weise geschehen, daß

sie unmöglich können erkläret werden. Auch nur der vornehmsten Glieder muß man zu hunderten zählen. Jedes hat seine besondre Structur und eigentliche Verrichtung. Jede Verrichtung wiedrum ihre sonderbare Verbindung. Der Verbindungen sind eine ausnehmende Menge. Wie wunderbar ist die gemeinschaftliche Hülfe der Gliedmassen! Wer wird die kunstreichen Bedeckungen des Leibes, den wunderbaren Zusammenhang der Gebeine, die erstaunende Fabrique der Nerven und Drüsen, die wunderswürdige Einsenkung und Gewalt der Muskeln, die Bewegung des Herzens, *) woraus, als der Quelle des Lebens, dessen Kanäle, die Blut- und Puls-Adern in unzählige Aeste entspringen, die Kraft der Lunge, den Lauf des Bluts, den mächtigen Pulsschlag, und die Verrichtungen der übrigen Theile, wer wird, sage ich, alles dieses sattsam erklären? Sollte sich ein solcher erstaunenswürdiger Bau selbst zusammgesetzt haben? Kann man die Macht, Weißheit und Güte des majestätischen Schöpfers sattsam bewundern? Wird man nicht, wenn man sich selber betrachtet, aus tiefster Verehrung gegen dem Urheber und Erhalter des Lebens mit einem grossen König ausruffen müssen: **HErr! wie wunderbar sind deine Werke!**

Da

*) Jeder Herzens-Schlag, welcher das in den beyden Herzens-Kammern befindliche Blut fortpresset, muß eine Gewalt von 1800. Centnern haben. Wie oft geschiehet das in einer Stunde, in einem Tage, Jahre und der ganzen Lebens-Zeit? Das Herze ist das erste, so sich zum Leben beweget, und auch am letzten aufhöret.

Da auch die grösten Aerzte in dieser weitläuftigen Wissenschaft noch nicht ausgelernet haben, welche eine gründliche Kenntniß der Zergliedrungs-Kunst und anderer grossen Wissenschaften voraus setzet, und der Nutzen hiervon nicht so allgemein zu seyn scheinet, so wollen wir nur das, was alle der Gesundheit zum besten wissen können, und zu unserm Zweck dienet, anführen.

Zuförderst ist die Gesundheit nach vielen Graden und Umständen sehr verschieden. Daß von gesunden und starken Aeltern gesunde Kinder herstammen, ist eine allgemein bekannte Sache, und daß diejenigen, welche ihre Schuldigkeit gesund zu leben, vergessen, nicht nur sich selbst, sondern auch ihre Nachkommenschaft ruiniren können, bestätiget die häufige Erfahrung. Dahero ist die Pflicht für seine Gesundheit zu sorgen, wichtiger, als man sich selbige vorstellet. Wie will das Leben bestehen, wenn man den Körper zernichtet?

Die Gesundheit ist etwas, das jedem eigen ist, und jeder vor sich besitzet. Gleichwie kein Mensch dem andern vollkommen ähnlich siehet, so ist es auch mit der Gesundheit, dem Temperament und der Natur beschaffen, darinnen sich einer von dem andern unterscheidet. Die Alten nennten dieses *ἰδιοσυνκρασίαν*, oder eine Art der Gesundheit, so entweder angebohren, oder durch die Gewohnheit und Lebens-Ordnung angenommen, worden. Daher kommt es, daß vielen Personen gewisse Speisen und Arztneyen zu wieder sind, und so gar den Geruch davon nicht vertragen können. Der gelehrte Prof. Meibom in Helmstädt hat eine gewiße Familie

 milie

milie gefunden, welcher der Geruch ganz und gar gefehlet. Schwindsucht, Podagra, und dergleichen, haben nun den Namen der Familien-Krankheiten mehrentheils erhalten.

Zur Gesundheit träget ferner das ihre bey die Erziehung, Lebens-Art, Gewohnheit und Gegend des Landes.

Die Erziehung muß weder zu zärtlich, noch zu geringschätzig tractiret werden, weil das ganze Wohl der Kinder, und auch die Gesundheit daran hanget. In jenen wird es gemeiniglich in Städten, und mit diesen auf dem Lande, versehen, da die Kinder entweder allzuzeitig zu Gemüths- und Leibes-Arbeiten angehalten, oder zu einer ungeordneten Lebens-Art in Essen und Trinken gewöhnet werden, die oftmals den unerheblichsten Schaden verursachet.

Die Lebens-Art, welche die beste seyn soll, bestehet überhaupt in guter Ordnung, daß man mäsig esse und trinke, durch Arbeiten die Dauung der Nahrungs-Mittel und Erzeugung geistreicher Säfte befördere, mit Ruhe und Schlaf die Natur erquicke, und, welches das vornehmste ist, ein gesetztes und zufriednes Gemüthe besitze. Hier kommt es auch viel auf die Gewohnheit an, welche sehr vielfältig seyn kann, und einen großen Einfluß in unser Leben hat. Doch sind böse Gewohnheiten, ob sie schon alt, um Annehmung der guten, nach und nach abzulegen.

Nach der Gegend des Landes und Beschaffenheit der Luft verhält sich die Lebens-Art und Gesundheit der Menschen am meisten. Gleichwie eine Frucht oder Pflanze nach Verschiedenheit des Erd-Bodens

dens und der Luft verschieden ist, so ist es auch mit den Besitzern des Erd-Reichs beschaffen, und diejenigen, so ein heißes Clima haben, leben viel anders, als in Norden. Dahero ist die Lebens-Art eines Engländers, Italiäners, oder Franzosen, eines Russen und Deutschen, ganz von einander unterschieden. Wie nach Verschiedenheit des Landes nicht nur die Natur, Gesundheit und das Leben überhaupt, sondern so gar die Sitten und Gemüths-Beschaffenheit der Menschen verschieden; solches würde zu weitläuftig fallen mit Exempeln zu beweisen, da es die Erfahrung und Historie gnugsam lehret. Sehen wir uns nur in unsern Gegenden um, so finden wir, daß diejenigen Landschaften und Oerter mit ihren Einwohnern vor andern gesund, welche gegen Mitternacht und Morgen liegen, wie z. E. die Thüringer und Voigtländer mit ihren ungemeinen Ansehen bezeigen, wovon wir keine andre und wichtigre Haupt-Ursache, als die daselbst befindliche gute Luft angeben können. Die Luft aber ist nicht nur nach der Lage des Landes, sondern auch in jedem District und an jedem Orte selbst wegen zufälliger Eigenschaften auf mancherley Art verschieden, ja jeder Mensch, jedes Thier und jede Pflanze hat nach dem Beweis des scharfsinnigen Engländers Boyle seine besondre Luft oder Atmosphaere, wornach sich ihr Leben, ihr Bluth und Wachsthum verhält. Daher lassen sich leicht die Ursachen finden: warum an einem Ort gesünder zu wohnen, als in dem andern? warum die Gesundheit auf dem Lande und in Städten so verschieden? Und da die Reinigkeit der Luft, eine grosse Eigenschaft von der

Güte derselben, sehr viel von der Reinlichkeit des Orts, der Häuser und Zimmer dependiret, so ist mit allen Fleis darauf zu sehen, daß wir gute Luft, als die unentbehrlichste Nahrung unsers Lebens, stets um uns haben mögen. *) Endlich verdienet noch diese Frage erörtert zu werden:

Ob die Gesundheit nicht stets in einem vollkommen Zustand könne erhalten werden?

Es sind Leute gefunden worden, und sind ihrer noch viele, die den Aerzten zur Last legen, daß sie gar keine rechte Kenntniß von der Gesundheit hätten, oder haben könnten, (wie der trefliche Titel der Medicin coniecturalis bezeiget, welches iudicium aber mit bessern Recht coniecturale heissen möchte) denn sonst würden sie auch im Stande seyn, nicht nur Krankheiten so gleich zu vertreiben, sondern auch die Gesundheit stets in ihrem vollkomnen Stande zu erhalten, dem Alter vorzubeugen, und vielleicht wohl gar das Ziel des Lebens bis an die Unsterblichkeit zu setzen. Nun ist es an dem, daß die gröste Kunst des Arztes in so viel als möglich vollkomnen Begriffen von der Gesundheit überhaupt und insbesondre bestehe, und seine Geschicklichkeit nach diesem Verhältniß auf Umständen beruhe den Zustand der Gesundheit so wohl zu erhalten, als auch zu verbessern. Allein, wo ist denn sonderlich zu unsern Zeiten unter einer

*) Hiervon verdienet des H. Hof-Rath Platners angef. Abh. von der Reinlichkeit, welche ich ihres Nutzens wegen ins Deutsche gesetzt, gelesen zu werden.

einer unsäglichen Menge Menschen nur einer, von dem man sagen könne, daß er vollkommen gesund sey? und wenn auch dieses wäre, so ist die Erkenntniß der Aerzte hiervon, so hoch, als dieselbe auch getrieben, doch in vielen noch unvollkommen und eingeschränkt, wie auch in Ansehung der Mittel, welche hierzu dienen. Wenn einige Leute, die gar zu gerne leben, und das Alter ihres ersten Vaters praetendiren, ihre Lebens-Art aber nicht, wie dieser, im Schweiß des Angesichts führen, dergleichen Fragen aufwerfen, denen kann man es noch zu gute halten. Wenn aber gewisse Gelehrte damit der so gelehrten als edlen Arztney-Kunst und ihren Anhängern eines zu versetzen denken, die verrathen ihre Schwäche nicht nur in Urtheilen über andere, sondern auch ihre eigene Wissenschaften. Denen Herren Theologen mag der Apostel Paulus antworten: Unser Wissen ist Stück-Werk. In den andern Theilen der Gelehrsamkeit insgemein wird ein jeder, auch der gröste Mathematicus, zugestehen, daß die Erkenntniß in ihren Wissenschaften insgesamt eingeschränkt, und, wenn ich mich auch dieses Worts bedienen darf, coniecturalis sey. Wer würde aber dieses von den Gründen der Wissenschafften zur Erkenntniß behaupten? Und hierinnen hat schon Galen die Ehre der Medicin gerettet. *) Aus dieser Frage kann man sich selbst einer Pflicht erinnern, die man am meisten in Vergessenheit stellet. Es beweisen sehr viele Exempel, daß man durch eine wohlgeordnete und mäßige Lebens-Art seine Gesundheit lange bewahren, auch verbessern, und ein hohes

*) l. 2. de comp. Med.

und muntres Alter erreichen könne. Jedoch ist keiner, wenn er auch seine Natur noch so wohl erkennen lernen, im Stande, dieselbe zu aller Zeit vollkommen zu erhalten, und ihre verlohrnen Kräfte just in dem Maase zu ersetzen; und wenn auch dieses wäre, so würde doch der Bau des menschlichen Körpers, wenn er auch viele hundert Jahre in seiner Vollkommenheit da stünde, seiner Natur nach sich selbst destruiren, und in die erste Materie gehen, *) wie wir aus den Exempeln der ersten Menschen und Patriarchen schlüßen können. Die Natur des Körpers ist so beschaffen, daß die Bewegung der festen und flüßigen Theile in einander stets ohngehindert geschehen muß, wenn sie soll erhalten werden. Doch verändern eben diese Verrichtungen in Körper, die zum Leben unentbehrlich sind, den Körper selbst nach und nach also, daß die zartesten Fasern und Gefäße zusammengehen, und die dinnesten Säfte nicht mehr in sich nehmen können, die alsdenn hier und da zu stocken anfangen, so wohl ihre Kanäle als Werkstätte, oder diese jene, verderben, mithin die dichten und flüssenden Theile einander selber zerstöhren, und diese erstaunenswürdige Maschine in Asche und Moder verkehren.

Zweyter

*) Mors ex sanitate, vid. Illustr. Boerhaave Inst. med. §. 1053.

* * * * * * * * * * *

Zweyter Abschnitt.

Von der Gesundheit derer Land-Leute insbesondre.

Wir können den Eingang zu dieser Abhandlung nicht besser machen, als mit den Worten, welche sich der gelehrte D. Rivinus zum Anfange seiner Diss. bedienet: „Müssen wir uns nicht verwundern, wenn wir uns zuweilen auf dem Lande divertiren, und eine Art Leute daselbst antreffen, welche Frost und Hitze, Hunger und Durst bey aller Arbeit, auch alles, was ihnen nur von Elend und Wiederwärtigkeit begegnen kann, mit standhaften Gemüthe und ohne merklichen Schaden der Gesundheit erdulten? so, daß es scheinet, die göttliche Güte wolle ihnen den Mangel einer sonst erwünschten Ruhe durch ein höheres Geschenke mit guter Gesundheit ersetzen; Denn, wir mögen die ersten oder mittelen Jahre und das späteste Alter ansehen, so finden wir überall etwas, weswegen sich die Leute auf dem Lande vor andern zu gratuliren haben.„

Die Gesundheit derer Land-Leute giebt also den ersten und treflichsten Beweis von der Gesundheit des Land-Lebens, und die Vortreflichkeit dieser Sache verdienet gewiß, daß wir sie nach allen Ursachen und Umständen weiter ansehen und bewundern.

Unter

Unter hundert Personen in Städten, die auch gesund genennet werden wollen, werden wir kaum einen antreffen, der sich in solchen guten Gesundheits-Zustand befindet, als einer auf dem Lande. Und da die Dinge, welche in die Sinne fallen, uns am ersten überführen und zu weiterer Einsicht leiten, so werden wir von der Gesundheit derer Land-Leute erstlich überzeugt von der äuserlichen Beschaffenheit und dem Ansehen des Körpers.

Solche Leute wachsen gemeiniglich recht aus, welches ein gutes Merkmaal ihrer dauerhaften Gesundheit abgiebt. Diejenigen, so nach einander aufschiessen, und im 16. Jahre so groß, als die von 25. sind, denn bis dahin währet eigentlich das Wachsen, sind niemals die Gesündesten, und daher vielerley Zufällen unterworfen. Gleichwie eine Frucht oder Rose, wenn sie übertrieben wird, nicht so gut, wie ein Apfel, weil er unter allen Früchten am mähligsten wächset, dauert; so ist es auch mit denen jungen florisanten Naturen beschaffen, die, wenn sie nach und nach zu ihren Kräften gelangen, um desto dauerhafter und munterer bleiben. Es erweiset auch dieses bey jenen Personen so gleich die blasse Farbe, welche von dicken Säften, Verstopfung der kleinen Gefäße und dem Mangel einer natürlichen Stärke zeiget. Dagegen sind die meisten auf dem Lande von beyden Geschlechte mit einer rothen und lebhaften Farbe begabet, welche von guter Beschaffenheit und ungehinderten Umlauf des Bluts und dessen Eingang in die subtilsten Aedergen und Gänge der Haut ein sicheres Kennzeichen giebt. Man sehe nur einen gesunden Menschen auf dem Lande recht

recht an: seine volle Gesichts-Bildung, die Schärfe der Augen und aller so genannten äuserlichen Sinnen, die weite Brust, breite Schultern, starke Armen und robuste Muskeln müssen wohl die vollkommenste Gesundheit bedeuten; darzu gesellet sich eine oftmals erstaunenswürdige Stärke, die durch tägliche Arbeit nicht geschwächet, sondern mehr verstärket, wird. Sie heben und tragen ohne merkliche Entkräftung große Lasten, dahero Cato im B. de re rustica saget: Aus Land-Leuten werden die stärksten Männer und tapfersten Soldaten. Ihre Munterkeit zeiget von einem vergnügten Gemüth, welches täglich die Kräfte des Leibes erquicket. Sie behalten ihre Haare, moviren und foviren also die Ausdünstung gar unvergleichlich, worinnen, wie bekannt, das gröste der Gesundheit bestehet. Die Haare, welche mehrentheils roth, schwarz und dicke sind, können ein warmes und belebtes Temperament verrathen.

Diese äuserlichen Kennzeichen führen auf die innere Constitution und Beschaffenheit der Natur, welche von der Erzeugung, Erziehung, und übrigen Lebens- und Landes-Art, hergeleitet, und durch allerhand angenommene gute Gewohnheiten unterstüßet wird.

Wenn wir die Land-Leute in Ansehung ihres Ursprungs und Erzeugung betrachten, so finden wir, daß beyde Aeltern gemeiniglich gesund, munter und in dem reifsten Alter sind. Sie wissen nicht so viel von der Wollust, als wovon sie durch geringe Kost und schwere Arbeit abgehalten werden; sie kennen die Liebe, aber ohne Eyfersucht, mithin wird ein fe-

strer

ster Grund zu dem Endzweck des Menschen geleget. Daher lässet sich hier das gaudeant bene nati am besten anbringen. Die Mutter hält sich währenden geseegneten Zustandes nicht zärtlich, vielmehr arbeitet sie so lange, als die Kräfte dauern, und, was das Vornehmste ist, so befindet sie sich in guter Gemüths-Ruhe, geniesset Milch, Molken, Brod, und andere einfältige Speisen, welche den Kindern weit zuträglicher, als Datteln, Mandeln, Weine und Claretten der Damen sind. D. Carl, ein königlicher Dänischer Leib-Medicus, in s. *Med. univ.* **mit Wasser und Mäsigkeit**, schreibet es dem Wasser zu, so die Mütter trinken, daß die Kinder auf dem Lande stärker und gesünder als in Städten. Sehr artig redet angeführter Rivinus von den Weibern auf dem Lande also: „Die Mütter saugen ihre Kinder nur mit Lust, und von dem rothen Friesel sind sie gar befreyet. Ja die Weiber, welche gebohren haben, können noch selbigen Tag das Bette verlassen, Holz, Wasser und Gefässe ohne Beschwerlichkeit zusammentragen, mit einem Wort: als wenn sie keine solche Arbeit, so die schwerste kan genennet werden, vor sich gehabt hätten.„ Und der berühmte D. Hofmann beantwortet in s. **Abh. von der Jungfer-Diaet** die Frage: Warum die Mägdgen auf dem Lande gesünder als in Städten? Sie erhalten sich, sagt er, durch stete Arbeit bey Kräften, bedienen sich geringer Kost, und ihre viele Land-Verrichtungen machen, daß sie nicht über die Zeit schlafen.„

In weitern Jahren werden die Kinder alsbald zur Arbeit und Erdultung der Kälte angehalten, welche

welche ihnen zu Befestigung der Gesundheit ungemein bekommt. Doch bedaure ich diejenigen Kinder, welche zu zeitig zur Arbeit angestrenget, aus Ueberlast derselben vor der Zeit steif werden müssen, wie man insgemein zu sagen pflegt, und die Erziehung des Gemüths meistentheils vergessen wird. Dahero sollte ihre Arbeit in 12. oder 14. Jahre angefangen werden, weil währender Zeit der Verstand einigermassen unterrichtet und die Stärke des Leibes in ihre Kraft gesetzet würde. Die übrige Lebens-Art derer Land-Leute ist wohl ohnstreitig die einfältigste, und folglich die gesündeste. Der Appetit ist stets natürlich stark, nicht erweckt, welcher einen guten Magen, und also die Gesundheit, anzeiget. Der Magen hat seine ordentliche Wärme, und verdauet die groben Speisen, so ohnedem mehr vegetabilisch, voller Safft und Kraft, mithin der Natur des Körpers zu Ersetzung und Verstärkung ihrer Kräfte am ähnlichsten sind, weit besser, als die grösten Delicatessen. Diese Speisen sind deswegen die gesündesten, weil sie weder Schärfe noch eine Art von Säuerung erregen, woraus die grösten Krankheiten entspringen. Ihre vornehmsten Gewürze sind Salz, Pfeffer und Eßig, die der Fäulung am meisten wiederstehen, den Magen aber und die Viscera zugleich stärken. Das Wasser-Trinken bekommt ihnen deswegen wohl, weil sie keine allzufetten Speisen geniessen. Hingegen Milch, Molken, und dergleichen Getränke nähret vortreflich, und das grobe Brod unterhält ihre Stärke und Nahrung weit besser, als Kraft-Suppen und geistvolle Getränke. Mercurialis, ein italienischer Medicus

dicus, meynet, daß Bauers-Leute daher weiße und feste Zähne hätten, da sie sich doch keines Zahn-Pulvers bedienen, weil das grobe Brod durch das öftre Reiben diese Stelle vertreten könnte.

Die Gewohnheiten, welche sie unter sich eingeführet haben, sind deswegen gut, weil sie alle etwas, und einige gar vieles, zur Gesundheit beytragen. Diese sind es: daß sie sich oft baden, den Kopf verbinden, den Schlaf nicht mit Uebermaas, sondern zur Erquickung brauchen, früh aufstehen, reinliche und gröbre Wäsche anziehen, wodurch die Perspiration merklich vermehret wird, und dergleichen Dinge mehr, welche alle zum Beweisthum ihres guten Gesundheits-Zustandes verdienen bemerket zu werden. Nicht zu gedenken der Gemüths-Beschaffenheit, die bey den meisten Einwohnern auf dem Lande in einem hohen Grad der Zufriedenheit angetroffen, und mit einer edlen Einfalt verbunden, wird. Es beunruhiget sie kein Ehr-Geitz, es verzehret sie kein Neid, kein Zorn verkürzet ihr Leben. Hingegen besitzen sie die heilsamsten Affecten, die meisten leben ἀπαθεῖς, ohne Kummer, übermäsiger Sorge, und also weit glücklicher, frölicher und vergnügter auf dem Lande, als viele in Städten. Und, wenn die Vergnüglichkeit aufgesuchet werden sollte, so würde man sie vielleicht eher in bemooßten Hütten, als grossen Pallästen, antreffen, daß ich dahero kein Bedenken haben könnte diese Leute die glücklichsten unter der Sonnen zu nennen, und das Land-Leben bis an die Sternen zu erheben, wenn es nicht bereits zum Theil grosse Gelehrte in vielen moralischen Schriften erwiesen hätten. Wer alles wissen will,

will, was zu einem glückseeligen Leben gehöret, sehe hiervon den Martial, lib. 10. epigr. 47. worunter auch das angenehme Land-Leben bestehet, it. in Ep. eid. aff. 1. de rusticatione.

O fortunatos nimium, sua si bona norint,
Agricolas!

Virgil.

Vor allen aber verdienet dieses, als die triftigste Ursache einer guten Gesundheit angegeben zu werden, daß die Leute auf dem Lande, wenn sie in einer guten Gegend des Himmels wohnen, die davon dependirende gesunde Luft geniessen. *) Die Verdinnung

*) Hierauf beruhet hauptsächlich der Unterschied von der Gesundheit der Einwohner in Städten und des Landes. Beyde wohnen unter einer Himmels-Gegend. Die Luft aber wird in Städten durch viele zufällige Dinge verändert, mithin erhält sie auch andere Eigenschaften zur Gesundheit. Unter denen nicht natürlichen Dingen, nach der Redens-Art der Gesundheits-Gelehrten, die das Leben unterhalten, und zwar in den Körper wirken, ist die Luft, unter den Dingen aber, die mit dem Körper zum Leben wirken, ist die Arbeit, das Vornehmste. Nun kann man die Gesundheit und Lebens-Art auf dem Lande beurtheilen. Auf das erste habe ich besonders in diesem, und auf das andere in folgenden, Abschnitt gesehen. Ich hoffe, das man die Ordnung bey dieser Schrift nicht so strenge wird beurtheilen. Diätetische und deutsche Gesundheits-Schriften sind keine philosophischen und mathematischen Abhandlungen, und lassen sich an keine Methode binden, weil niemand seine Gesundheit an eine bindet, und also sind sie mehr einem Discurs zu vergleichen. Da die Diät, oder die Lehre von Erhaltung eines gesunden

dinnung der Säfte und Erzeugung des Bluts, oder εὐέρωσις sanguinis, daß ich mit dem Galen rede, rühret hauptsächlich von dem Clima her. Es bekräftigen auch dieses verschiedene physicalische Versuche. Und wie die Luft, so ist das Leben, beschaffen. Warum aber die Luft auf dem Lande gesünder, als in Städten? will ich in einer andern Abtheilung beantworten.

Die Gesundheit derer Land-Leute bestärket auch noch diese Anmerkung, daß auf dem Lande weit wenigere, oder ganz andere Krankheiten graßiren, und daselbst nicht so viele, als in Städten, sterben, wie dergleichen in England der curiöse Graunt angemerket. Denn dieser hat aus denen daselbst gewöhnli-

den Zustandes des Menschen, der edelste und allgemein practische Theil der Genesungs-Kunst ist, so hoffe ich, so wohl von allen vernünftigen Aerzten, als einem jeden, der seine Gesundheit liebet, eine Apologie meiner Bemühung zu finden. Daß practische Bücher in einem besondren Theil der Medicin in deutschen mehr Schaden, als Nutzen, gestiftet, ist bekannt, und der Schaden zu bedauern, weil das Beste darinnen unvollkommen bleiben muß, und der Gelehrsamkeit eines Arztes insbesondre zustehet. Ich sage auch hier nicht viel neues, sondern es sind die alten Gesundheits-Wahrheiten, welche von Hippokrates Zeiten an, so viele redliche Medici gerathen und geschrieben haben, und man kann hierinnen nicht zu viel thun, als so wenig die Geistlichen die Buße zu viel predigen. Nur vor kurzer Zeit haben zween geschickte Aerzte in England, Wainebrigth und Burton, der erste eine Schrift zu London, 1737. und der andere, eine zu York, 1738. welche gründlich in die Diät einschlagen, in ihrer Sprache ans Licht gegeben.

wöhnlichen Todten-Zetteln die Observation gezogen, daß von 32. Personen in London, etwa einer, und auf dem Lande von 50. Kranken, kaum einer, drauf gegangen. Und Cl. Deodatus, ein gewisser Leib-Arzt eines Bischoffs zu Basel, eröffnet in s. pantheo hygiastico die Ursachen: warum die Leute auf dem Lande gemeiniglich älter werden, als in Städten? er saget nämlich: „Daß Land-Leute ein langes und recht gesundes Leben geniessen, ist nicht so zu verwundern, indem sie die Gesetze, welche hierzu dienen, ohne, daß sie es wissen, entweder gnau observiren, da sie weder ihrer Neigung Folgen, noch auch durch Verändrung in Speisen und deren Uebermaas die Kräfte der Natur unterdrücken, oder schwächen, und niemals eher, oder sehr selten, ohne Hunger und Durst zu Tische gehen, oder wenn sie es auch wo in der Kost versehen sollten (welches bey ihnen oftmals gar die Stelle eines Gesundheit-Mittels vertreten kann,) so kommen sie doch denen daher entstehenden Ungelegenheiten auf andre Art heilsam zu statten.„

* * * * * * * * * * * * * * * *

Dritter Abschnitt.

Von dem Unterschied der Einwohner in Städten, und derer auf dem Lande.

Ob schon dieses aus vorhergehenden einigermassen abgenommen werden kann, so finden wir doch noch verschiedenes anzumerken, welches keine ungeschickten Beweise von der Vortreflichkeit

des Land-Lebens in Absicht der Gesundheit darleget. Wir nehmen hier die Gesundheit in dem weitläuftigsten Verstande. Jetzt nenne ich sie einen Zusammenhang aller Dinge, die einem gesunden Menschen ausmachen, und womit zugleich auf die Verfaßung des Gemüths und der Sitten, welche sehr vieles zum Leben und der Lebens-Art beyträgt, gesehen wird. Es ist nicht zu leugnen, daß bey Land-Leuten das Nachdenken, der Einfall von Gedanken, und die Beurtheilungs-Kraft in niedrigern Graden stehen, jedoch, wenn man bedenket, daß hieran blos die unterlaßne Uebung und der Mangel eines geschickten Umgangs, schuld, so können wir ihnen selbst die Ursachen nicht wohl beymessen, da sie überdieses dasjenige, was ihnen angehet, gar wohl, und desto besser mit den äusserlichen Sinnen verstehen. Es fällt hierbey eine wichtige Frage vor:

Ob sich das Ingenium, oder die Art des Verstandes, nach Beschaffenheit des Körpers verhalte?

Ich will die Erfahrung antworten lassen. Wo das System der Nerven mit den Lebens-Geistern kraftloß ist, da findet man auch die Einfalt und ein schwaches Ingenium. Dieses offenbaret sich in hitzigen Krankheiten, da man nicht geschickt zum Denken ist, und eher phantasiret. Die Kraft und Stärke in den Nerven und deren belebten Säfte, dependiret ohne Zweifel sehr viel von der Seele, die hierdurch in den Körper zu wirken scheinet, welches der ehemalige Hof-Rath Stahl motum tonicum vitalem nennet.

nennet. Je stärker und geübter diese Gemeinschaft ist, desto geistreicher ist das System, und dieses findet sich ohnstreitig in höhern Grad bey Gelehrten und denen, die mehr mit den Sinnen und im Verstande arbeiten. Ferner giebt es eine gewisse Stärke in Körper, welche die Gesundheits-Gelehrten robur elasticum nennen, und sich bey denen findet, die, wie man sagt, von guten Schrot und Korn, und einer härteren Lebens-Art gewohnt sind, so durch stete angreifende Bewegung der Muskeln verstärket wird. Dieses geschiehet bey denen, die mehr mit den äuserlichen Gliedern arbeiten, und das sind wohl die meisten, so Feld- und Acker-Bau treiben. Aus diesem Unterscheidungs-Grunde, läßet sich obige Frage gar leicht entscheiden, und sehr vieles anbringen, womit wir uns dermalen nicht aufhalten können.

Sonst findet man noch Leute auf dem Lande, und besonders im Gebirge, die in 60. bis 80. Jahren bey muntern Kräften sind, wenig Krankheiten, als das Alter, erfahren, und nach den Gesetzen der Natur zu ihren Vätern versammlet werden.

Wir suchen zwar nicht zu erweisen, daß Landleute gar keinen Krankheiten unterworfen wären, welches wieder die Erfahrung streiten würde. Die geschwinde Verändrung der Luft, des Wetters, die verhinderte Ausdünstung, die wunderliche Mischung der Speisen, und wenn die Bauern bey ihren Kirmeßen die Diät vergessen, von welchen Dinge sie zwar nicht wissen, was es ist, die allzugroße Anstrengung der Leibes-Kräfte, die wunderliche Gattung und Erwählung der Haus-Mittel, und dergleichen Ursachen mehr, können verschiedene Zufälle von

Krankheiten erwecken. Jedoch ist damit in Städten und auf dem Lande ein großer Unterscheid. Auch stimmen darinnen alle Aerzte überein, daß bey beyden eine andre Methode zu curiren angebracht werden müsse. *) Denn bey den letzteren kann man ziemlicher maßen heroisch verfahren, und mit großen Nutzen Vomitive, und andere mächtige Mittel, ja eine ganze Apotheke, adhibiren. Aber in Städten muß man weit behutsamer mit Patienten, die noch bey gesund seyn zärtlich und empfindlich sind, umgehen.

Da überhaupt auf dem Lande andere Ursachen, so finden sich auch andere Krankheiten. Die meisten in Städten sind in der Jugend Weichlinge, im Alter, wenn sie ja eines erreichen, Siechlinge. Das sind solche Patienten, welche aus einer der Gesundheit entgegen stehenden Lebens-Art, und denen daher gefolgerten Krankheiten, die Kräfte ihrer Natur so geschwächet, daß die Vis restaurandi, oder Ersetzungs-Kraft des Lebens, zu mangeln scheinet. Solche Leute können selten zu rechte gebracht werden, wenn sie nicht dem Schaden noch in der Jugend vorbeugen. Was für eine Anzahl kranker und siecher Personen trift man nicht in Lazarethen an, die man auf dem Lande gar entbehren kann? Dahero sich wenige Aerzte aufs Land begeben, weil sie hier keine solche Patienten, als in Städten, antreffen. Es wäre denn

*) At imbecillis (quo in numero magna pars Vrbanorum, omnesque pene cupidi literarum sunt) obseruatio maior necessaria est: so lässet sich schon der alte Celsus, oder der Aerzte ihr Cicero, vernehmen.

denn, daß die Bauern ihr Kaffee- und Wein-Trinken, nebst andern Herrlichkeiten, fortsetzten, wie es bey vielen grand Mode worden, oder etwas von Veränderung der Liebe mit nach Hause brächten, wie es einigen unschuldigen Leuten ergangen, so möchten sich wohl dergleichen Uebel nach und nach einschleichen.

Ferner: wo höret man auf dem Lande vieles von Gallen-Wechsel- und Hectischen Fiebern, der Schwind-Sucht, Colicken, Catarrhen, dem Miserere, Blödigkeit der Augen, Gicht, Podagra, Hüft-Weh, Stein-Beschwerung, langwierigen Kopf-Weh, dem güldnen Ader-Fluß, Hypochondrie, Strangurie, engländischen Krankheit, und von allerley Gattungen Galanterie-Krankheiten, die alle, und zwar in erstaunender Menge, in Städten anzutreffen? In Ansehung der Frauens-Personen, wird man wenig von Blutstürzungen, Abortiren, der Bleichsucht, und andern Zufällen, wissen. Die gemeinsten Krankheiten auf dem Lande *) sind einige, und etwa Fluß-Fieber, Schnupfen, Husten, Zahn- und Ohren-Weh, Durchgänge, Ausschläge, Gelbesucht, und dergleichen, die aber mehrentheils eher zur Gesundheit, als zum Verderben, des Patienten abzielen, und dißfalls von der Natur, die immer neue Kräfte darzu hergiebt, vortreflich succurriret werden. Wenigstens höret man doch nicht so viel von langwierigen Krankheiten. Graßiren die Blattern und Masern, so werden nach vieler Bemerkung un-

 ter

*) De adfectibus rusticorum hat J. H. Fuchs eine bes. Diss. geschrieben. Duisb. ad Rh. 1714.

ter hundert Personen auf dem Lande kaum eine, woran gemeiniglich in Städten 10. sterben. So überstehen sie auch viele andere Krankheiten eher und leichter, und gelangen nur desto mehr zu einer dauerhaften Gesundheit. Man findet auch in keinen Geschichten, daß contagioese Seuchen auf dem Lande ihren Anfang genommen, sondern entweder durch eine große Menge Menschen und angesteckte Luft erwecket und fortgeführet worden. Dahero wird das Land von allen Aerzten, als das sicherste Refugium in dergleichen Uebeln, recommendiret.

Aus diesem allen lässet sich schlüssen, daß ein gar grosser Unterschied unter der Lebens-Art in Städten und auf dem Lande, in Absicht der Gesundheit seyn müsse, und daß die letztere nicht nur deswegen einen Vorzug verdiene, weil sie die Gesundheit ungemein beschütze; sondern vielleicht auch vermögend sey Krankheiten zu vertreiben, welche sonst durch keine Art Mittel können gehoben werden? wovon wir in folgenden noch mehrere Beweise anzuführen gedenken.

Unter andern Ursachen, daß die Leute auf dem Lande eine gesunde Lebens-Art geniessen, welche die meisten Krankheiten fliehen, ist hauptsächlich ihre Arbeit, womit sie sich von allen Handwerkern, Künstlern und dergleichen, unterscheiden. Viele Profeßionen sind so beschaffen, daß die Gesundheit dabey wirklich verletzet, und das Leben vor der Zeit verkürzet wird, wovon Ramazzini, ein gelehrter Italiäner, ein ganzes Buch geschrieben. Vertrauet sich jemand dem Meer, so muß er in Gefahr schweben, noch eher an den unsichtbaren, als hier bestimmten

ten, Port anzuländen. Vor diesen allen hat nun das Land-Leben gar vieles voraus, denn, obschon die Arbeiten auf dem Lande die schwerersten sind, so sind sie doch auch die veränderlichsten, angenehmsten, nützlichsten und gesündesten. Sind sie auf dem Acker, so schöpfen sie zugleich, aus der durch den Pflug frisch aufgeworfnen Erde die mit den heilsamsten Theilgen angefüllte Luft in sich, weswegen der große Medicus in London, D. Sydenham, dergleichen Luft- und Acker-Arbeit schwindsüchtigen und hectischen Personen angerathen. Die andern Arbeiten sind alle so beschaffen, daß sie mit starker Bewegung der äußerlichen und innerlichen Glieder verbunden sind. Dadurch wird der Natur in allen ihren Wegen beygestanden, der Magen gestärket, der Appetit erwecket, daß man mit Lust zusehen muß, was dergleichen Leute vor eine Mahlzeit vertragen können. Ihre Gemüths-Eigenschaften, sind die allerheilsamsten, da sie auf Hoffnung säen, und mit Freuden erndten. Kaum kann ein Sieger mit seinem Triumph so erhaben prangen, als ein Land-Mann, mit Frölichkeit den Seegen des Landes in seine Scheune sammlet! Noth und Armuth lehren ihnen die Tugend. Es wird mir erlaubt seyn, alles dieses mit einem Zeugniß des gelehrten Hrn. Prof. Quellmalz in Leipzig, den ich als einen ehemaligen Lehrer und großen Gönner verehre, *) zu bestätigen. „ Es sind zwar verschiedene Mittel, dadurch der an sich gar hinfällige menschliche Leib von denen

*) aus dessen Anweisung zu einer der Gesundheit dienlichen neu erfundnen Art der Bewegung. Leizig, 1735.

Schwächlichkeiten, zu welchen er sonst sehr geneigt ist, dennoch geraume Zeit verwahret werden kann. Ich zweifle aber, ob eines unter solchen vor der Arbeit, zu welcher der Mensch nach seinen äusserlichen Gliedern von der Natur selbst bestimmet ist, den Vorzug verdiene? Untersuchet Jemand das Land-Leben, so wird er mit Vergnügen bewundern, daß bey solchen weder Medici noch Medicamente, noch auch die meisten von den Krankheiten, denen in Städten diejenigen, so einer steten angenehmen Ruhe pflegen, gerne unterworfen sind, anzutreffen. Dahero denn unter denen Stadt-Leuten eben solche insgemein mehr mit denen Medicamenten und Medicis, diese auch hinwiedrum mit jenen, zu thun haben, als die, so sich ihrer Hände Arbeit, und oftmals nicht sonder Schweiß ihres Angesichts, ernähren müssen. So gewiß dieses ist, so gewiß lassen sich hinwieder eines Theils aus dem guten und gesunden, andern Theils aber, aus dem kränklichen, Zustand des Leibes die unterschiedenen Lebens-Arten derer Menschen ermessen. Was Wunder nun, daß nach des Schöpfers Weißheit und Gütigkeit, die denen Menschen zur Strafe aufgelegte Arbeit zu einen heilsamen Gesundheits-Rath ausfällt!



Zweyter

Zweyter Theil.

Das Land-Leben,

als ein besondres und hülfreiches Mittel der Gesundheit.

Erster Abschnitt.

Von der Beschaffenheit des Land-Lebens überhaupt, in Absicht auf die Gesundheit.

Glückseelig ist der Mensch, den ein begrüntes Feld,
Von Hochmuth und von Geitz entfernt, beschlossen hält,
Und welcher in sich selbst kann ein Vergnügen finden!

v. Canitz.

Dahero würden wir dem Tage ein Licht anzünden, wenn wir eine Lebens-Art *) welche vor allen andern

*) Die Frage: Welches die glücklichste Lebens-Art sey? Hat man nicht ohne Ursache aufgeworfen, weil sich dieselbe ein jeder wünschet. Was Seneca, Cicero, Martial, und andere derer Alten, davon hinterlassen haben, will ich nicht berühren. Zu meinem

dern am wenigsten von Feinden und Lastern beun-
ruhiget wird, erst glücklich preisen, und die Glück-
seelig-

nem Zweck wird es genug seyn, wenn ich nur den grossen Moralisten in England, Richard Steelen darüber reden lasse. „Die wahre Glückseeligkeit ist ein Feind von allen grossen und prächtigen Wesen, und wohnet in der Einsamkeit. Doch lässet sich sagen, daß sie so wohl aus einer Vergnügung in sich selbst, als auch mit wenig auserlesenen Personen entspringe. Sie liebet den Schatten, besuchet die Wälder und Bäche, die Wiesen und Felder. Mit einem Worte: sie findet bey sich selbst alles, was sie von nöthen hat, und braucht einer Menge Zeugen, oder Zuschauer, gar nicht. Die eingebildete Glückseeligkeit aber, findet ihr Vergnügen unter vielen zu leben, um aller Menschen Augen auf sich zu ziehen. Sie ist nicht vergnügt mit dem Beyfall, den sie sich selbst giebt, sondern suchet mehr denselben bey andern, und ihn noch in Verwunderung zu setzen. Sie blühet in Städten und Pallästen, mitten unter denen Comödien und grossen Gesellschaften, und verschwindet, so bald man sie nicht mehr siehet. Ein gewisser Herr und seine Dame hohen Standes, welche beyde gute Vernunft, wahre Tugend und gleiche Hochachtung zu ihrer einzigen Freude und Zufriedenheit verbunden hatte, pflegten die meiste Zeit auf dem Lande zu leben, und einander treue Gehülfen dieses unschuldigen Lebens, zum Vergnügen mit Promenaden, Lesen und Discuriren in den Alleen ihres Garten zu werden. Sie begaben sich zuweilen in die Stadt, daselbst aber sich nicht zu belustigen, als vielmehr sich selbige verdrüßlich zu machen, und die Annehmlichkeiten von dem Land-Leben nur mehr zu erheben.„ Inzwischen würde einer gegründete Vorwürfe hören müssen, wenn man die glücklichste Lebens-Art in dem Land-Leben ohne Ausnahme

seeligkeiten des Land-Lebens mit vielen Lob-Sprüchen erheben wollten. Man gönnet ja gerne Städten den Vorzug, daß man die Welt und das Glücke kennen lernet. Aber hier pranget das Land noch mit gewissen Vorrechten über die Welt und das Glücke zu siegen. Plinius, aus dessen Briefen ich sehr viele Stellen anführen könnte, schreibet an einen seiner guten Freunde, dem Minutius, und lobet das Land-Leben also: „Auf dem Lande höret und redet man nichts, was man sich zu hören und

zu

nahme setzen wollte, besonders da viele moralische Regeln die Sache entscheiden. Ein Land-Gut, wie etwa Steele besessen, ist billig ein bonum fortunae, oder, wie es Martial gegeben, res Vitae beatae. Da es aber eine durch die Erfahrung ausgemachte Sache ist, daß jeder am meisten seine Lebens-Art, und die Lebens-Art nicht ihn allein kann glücklich machen, so finden wir Leute, welche das ruhige Lan-Leben in Städten, und die Einsamkeit in ihren Zimmer, geniessen. Man schätzet denjenigen gewissermassen unglücklich, welcher von Jugend an auf dem Lande gelebet; Dagegen muß man den glückseelig preisen, welcher, wenn ihn die Welt nicht mehr brauchet, sich selber brauchet, und nach versuchter Lebens-Art in Städten das Land-Leben erwählet. Hier erinnere ich mich so gleich, daß ich kein Moralist bin, und den Streit nicht werde entscheiden, da das Glück so wohl in der Stadt, als auf dem Lande, spielet, und mehr die bürgerliche, als gesunde, Lebens-Art regieret. Ich will auch nicht als ein Medicus behaupten: Daß das Land-Leben die glücklichste Lebens-Art zur Gesundheit alleine sey; vielmehr bestrebe ich mich zu zeigen: Wie man durch ein gutes Gesundheits-Verhalten gewissermassen auch das gesunde Land-Leben in Städten geniessen könne?

zu reden schämen dürfte. Niemand wird mit mir, und ich mit ihm, uneins, weil ich mich nur allein zu tadeln und zu bessern finde. Weder Hoffnung noch Furcht bekümmert mein Gemüthe. Kein Tumult stöhret mir die Ruhe. Meine Geschäfte sind mit mir selber, und meinen Büchern. O erwünschtes und anmuthiges Leben! o süsse und ehrliche Ruhe! (otium honestum) welche noch wird Beschäftigungen übertreffen.„ Horaz preiset in der 10. Ep. disfalls dem Fuscus Aristus das Land-Leben so ausnehmend an, und wer wird nicht Lust dazu bekommen, wenn er den Ovidius höret? lib. 1. de rem. am:

Rura quoque oblectant animos studiumque colendi,
Quaelibet huic curae cedere cura potest, etc.

Ich könnte ganze Chöre Poeten zu unsern Zeiten benennen, welche die glücklichste und vergnüglichste Lebens-Art in dem Bilde eines Dorf- und Schäfer-Lebens, oder mit dem Land-Leben, vorstellen, und das, was viele in Pallästen suchen, in schlechten Hütten anweisen. Es wird mir erlaubt seyn, nur etwas aus einer Ode des Hrn. v. Hagedorn herzusetzen;

Land und Volk regieren,
Ganze Heere führen,
Sich mit Purpur zieren,
Hemmt die Sorgen nie,
Seht der Hirten Freuden!
Die auf sichern Weyden
Grosse nicht beneiden:
Wie vergnügt sind die!

Und

Und so hat der H. v. Caniß in einem Ged. von dem Vorzug des Land-Lebens aufrichtig bekennet:

Hier merk ich, daß die Ruh in schlechten Hütten wohnet,
Wenn Unglück und Verdruß nicht der Palläste schonet.

Die Bequemlichkeit ist ein grosses Theil der guten Lebens-Art. Weil aber viele dieselbe in gewissen Unbequemlichkeiten finden, und Stadt und Land seine gewissen Vorrechte hat, so können wir hier den Preiß nicht austheilen. Der König in England, Jacobus, hat 1616. in einer Rede an den Adel in London, von den vielen Bequemlichkeiten auf dem Lande zu reden Gelegenheit genommen, und daß es ehedessen die Zierde und der Ruhm des Adels in England gewesen, auf dem Lande zu leben, dagegen pflegten Staats-Personen in Italien sich mehrentheils nach Neapoli zu begeben.

Die erste und älteste Lebens-Art der Menschen war ein Land-Leben. GOtt setzte unsere Stamm-Aeltern nicht in prächtige Städte, sondern gab ihnen einen gewissen freyen Ort, das Paradies, zu ihrer Wohnung ein. Sobald, als dieselben diesen Lust-Garten des Schöpfers räumen musten, gebot der HErr dem Adam, das Feld und den Acker zu bauen, oder das Leben auf dem Lande. So lange, als die Menschen, sonderlich vor der Sündfluth, sich mit Feld-Früchten und dem Wasser erhielten, und den Lohn ihrer Hände Arbeit aus dem Erd-Boden nehmen mußten, so lange, sage ich, führeten sie das Land-Leben, sie lebten gesund, wurden alt,

und

und verrichteten in ihrem Alter Thaten, die kaum ein starker Jüngling jetzo unternehmen wird. Nachdem aber die Menschen die Lebens-Arten, und mit denselben sich zugleich, änderten, Städte erbaueten, mehr ihrer Feinde und ihres Namens, als der Gesundheit und Bequemlichkeit wegen, über dieses noch solche Gewohnheiten an sich nahmen, welche so wohl ihren Gemüths- als Leibes-Zustand zu nahe traten, so ist auch die dauerhafte Natur verschwunden, und dieses ist gerade nach ärger worden, je mehr das erstere gestiegen. Inzwischen giebt die Gesundheit noch vieler Land-Leute einen starken Beweiß, daß ihre Lebens-Art, sonderlich in Ansehung der Dinge, welche unentbehrlich zum Leben, und zufällig zur Gesundheit, dienen, allen andern vorzuziehen sey; dahero die meisten in Städten sich nicht so wohl das Land, als die Gesundheit auf dem Lande, wünschen.

Und so werde ich nicht erst Rechtfertigungs-Gründe zu meiner Absicht suchen dürfen, da das gesunde Land-Leben der Lebens-Art in Städten eben die Regeln ertheilet, wodurch die Gesundheit, so nur bisher noch auf dem Lande residiret, wiedrum einmal die Stadt besuchen könnte. Ich gedenke mit Vergnügen an das Land, weil ich nicht allein mein Vaterland finde, und meine Jugend da gewohnet, sondern mich auch das Glücke daselbst geprüfet hat. Die Annehmlichkeiten des Landes locken die meisten aus Städten in Gärten und Weinberge. Könnten wir nicht irgend einen Gesundheits-Rath darein kleiden? Hier finde ich ein doppeltes Recht: Weil die Angenehmheit oft sehr undankbar gegen die Gesundheit,

sundheit, und diese vielmals zuläßig gegen jene ist, da doch das ganze Leben durch ihre Verwandschaft bestehet, und jenes um so viel schätzbarer ist, je genauer diese wird.

Dieses finde ich sonderlich bey dem Land-Leben. Dahero, wenn ich die Beschaffenheit desselben überhaupt, in Absicht auf die Gesundheit, entdecke, und um diese dessen natürliche Eigenschaften insbesondre aus einander setze, so darf ich die Vorrechte, eben dieses nicht verschweigen, welche dem Gemüths-Zustand durch die erhabensten Vorwürfe, mit welchen sich die Sinnen beschäftigen, und hinwieder der Leibes-Gesundheit, die mit jenem in untrennlicher Verbindung stehet, zu statten kommen, sondern muß sie vielmehr zu allererst anzeigen.

Der Grund von dem Nutzen des Land-Lebens beruhet auf die Verändrung der Lebens-Art, welche so Gemüths- als Leibes-Kräfte erquicket, und das ganze Leben stärket. Diesen Nutzen erhalten diejenigen, welche sich zuweilen auf dem Lande divertiren. Um das letztere zu erweisen, will ich mich in folgenden und den benachbarten Theilen bemühen. In Ansehung des ersteren muß ich mich hüten, daß ich nicht aus den Schranken schreite, worein mich eigentlich die Leibes-Gesundheit gestellet, und nur so viel davon berühren, als es den Rath zur Gesundheit kann desto zuversichtlicher machen. Ich rede demnach

Von der Annehmlichkeit, welche auf dem Lande excelliret.

Wenn ich erst sagen wollte, daß GOtt die Welt um des Menschen Willen gemacht, so würde ich gewiß die Sonne beleuchten, da alles in derselben zu dessen Nutzen zusammenflüsset. Es sorgte der gütige Schöpfer so gleich vor den ganzen Menschen, ehe er ihn noch als ein Geschöpfe darstellete, und als der die Welt sahe, so traf er schon einen unendlichen Vorrath von Lebens-Mitteln an. Sein unsterblicher Geist, welchen die Schrift den Odem des Höchsten nennet, sollte sich an denen so vielfältigen Annehmlichkeiten, mit welchen jedes Geschöpfe besonders begabet war, unendlich vergnügen. Die wenigsten Menschen haben wohl ihren Schöpfer gedanket, daß er Tag und Nacht geschaffen. GOtt hat jenen nicht nur zur Arbeit, und diese zur Ruhe, folglich zur Fortsetzung des Lebens,*) sondern vielmehr zu Erhaltung des wesentlichen Lebens, da Leib und Seele gleichen Antheil nimmt, bestimmet. Der Mensch würde nicht bestehen können, wenn er stets in einer dicken Finsterniß sitzen, oder auch beständig in die Sonne sehen, sollte. Dahero schuf der liebreiche GOtt ein Licht, das nennete er den Tag, welches das Leben des Geistes**) in dem Körper unter-

halten,

*) Dieses muß man auch in Ansehung der Gewächse und aller Früchte, welche das natürliche Leben des Menschen unterhalten, annehmen. Was Tag und Nacht zu deren Wachsthum und Kräfte hierbey thue, wäre hier zu weitläuftig anzuführen.

**) Comparativisch lässet sich sagen: Daß das Leben eines Geistes in Licht bestehe, welches aber in höhere Schulen gehöret.

halten, und nach dessen Verhältniß das gemäßigste Object den Sinnen verstellen muste. Die Sinnen sind menschliche Werkzeuge, worzu die Seele ihre Empfindungs-Kraft und der Körper kunstreiche Organa darstellet, sie müssen aber auch zugleich den Geist und Körper versorgen. Ihr Leben gründet sich auf unmittelbare Objecte, und ihre Wirkungen verhalten sich nach den mittelbaren, welche einen Affect, den Leib und Seel zugleich empfinden, nach Beschaffenheit der Vorfälle, stärker, oder schwächer, erregen. Das letztere verhält sich nach Regierung der Sinnen von dem Verstande, und nach Mäßigung der sinnlichen Objecte, mit dem Willen. Das ist der Zaum aller wiedrigen und frölichen Affecten. Hiervon müssen wir abgehen, und nur etwas von dem ersten gedenken, je mehr uns unsre Absicht dazu leitet. Weil die sinnlichen Kräfte in das Leben des ganzen Menschen wirken, das Leben aber ohne Ruhe nicht bestehen kann, so muste die Nacht den Sinnen die angenehmen Objecte rauben, damit die Annehmlichkeit des Tages allemal von neuen die Sinnen ergötzen, und das Leben erquicken, möchte. Dieses stellet uns recht wohl die Beschaffenheit unsers Lebens vor, daß Anmuth und Betrübniß, Glück, und Unglück, wie Tag und Nacht, zu unserm Leben dienen müsse. Hat doch schon ein Heyde gesagt, was in der Welt anzutreffen sey: Sunt bona mixta malis.

Wie sich aber die Kräfte der Sinnen nach dem vorseyenden Object verhalten, so verhält sich die Wirkung des Objects in den Sinnen. Wenn mich auch einige auslachen sollten, wiewohl ich auch dar-

über nicht trauren möchte, so sage ich doch, daß keiner die Lieblichkeit des Tages, wie der andere, empfindet. Daß es Tag ist, siehet ein jeder, ausgenommen ein Blinder. Es verhält sich aber die Empfindung nach der sinnlichen Kraft, die bey jedem so verschieden ist, als sich jeder mit seiner besondren Gesichts-Bildung unterscheidet, und, wie einerley Speise, nicht einem, wie dem andern, schmecket. Wer dieses aus dem Gegenhalt mittelbarer Vorfälle erkennen kann, wird mir so gleich Beyfall geben. Die Kräfte der Sinnen haben ihren Ursprung aus dem Genie, verhalten sich nach gewissen Uebungen, und wirken in das Leben, theils stärker in den Geist, theils stärker nach dem Zustand des Leibes. Dieses beruhet auf dem Unterschied sinnlicher und körperlicher Objecte, und vornämlich deren Veränderungen. Die Annehmlichkeit ergötzet alle Menschen, denn dadurch muß sie das Leben aller Menschen erhalten. Doch findet einer mehr Ergötzung in einem angenehmen Garten, der andere in Wäldern, einer auf grünenden Auen, ein andrer in Weinbergen. Wir würden in eine tiefe Materie kommen, wenn wir uns darinnen einlassen wollten: Daß das Genie hauptsächlich von der Erziehung dependire. Ich will nur alles dieses mit einem Gleichniß erklären. Ein Bauer sieht den Tag, und denkt, es muß so seyn, gehet auf den Acker, und siehet in die Erde. Er läßt sinnliche Beschäftigungen ihre Beschäftigungen seyn, desto gewichter aber, ist er in körperlichen. In Ansehung des ersten hat er den Effect seiner Sinnen in das Leben der Seele, daß er glaubet. Nach den letztern aber, kann ihn eine

gute

gute Kirmst die beste Ergötzung machen. Leget man ihn eine Juwele vor, so hält ers vor ein Ding, das doch ein andrer als ein prächtiges Kleinod schätzet. Den Gelehrten rühret die Annehmlichkeit weit stärker, und nach den Kräften seiner Sinnen, um etliche Grade höher, als einen Künstler. Das unmittelbare Object der Sinnen wird ihm gar bald zu dem mittelbaren Vorwurf des Verstandes. Er ergötzet sich in den Sinnen, die Ergötzung aber wird weit angenehmer in Erforschen, er prüfet, er unterscheidet. Dafür hat er den Effect in das Leben der Seele, was und warum er glaubet. Nur wird die Leibes-Gesundheit mehrentheils dabey vergessen, welches zu bedauern. Alle natürliche Annehmlichkeiten haben den Vorzug vor andern, weil sie mehr effective, als affective, in das Leben wirken, dahero die letzteren besonders moralisch genennet werden. Jene ergötzen die Sinnen desto dauerhafter, diese pflegen sie mehr zu beherrschen. Leib und Seele theilen allemal ihre Empfindungen. Hat der erstre mehr Genuß, so nennet man es Vergnügen. Ist die Empfindung des Geistes stärker, so entstehet die Lust. Diese verhält sich über den Zweck, jenes über den erhaltnen Zweck der Begierden. Und so nehmen beyde Antheil auch an dem Schmerz. Wer im Gemüthe vergnügt ist, wird den Nutzen auch zur Leibes-Gesundheit finden, und wem unannehmliche Dinge begegnen, wird den Schaden auch an seiner Gesundheit merken. Ein Kranker wird nicht viel von Annehmlichkeiten schmecken. Und wer Annehmlichkeiten geniessen kann, wird sich sehr wohl moderiren müssen, wenn er nicht will die Gesundheit ver-

 derben.

derken. Wir würden das angenehme Land-Leben vergessen, wenn wir in weitere Bemerkungen über die Empfindungs-Kraft der Seele, und deren Verbindung mit dem Körper, und dessen Verhältniß nach den Affecten, an welchen oft der Tod, oft auch die Gesundheit, hanget, kommen wollten. Den Arztney-Kundigen ist bekannt, daß die animi pathemata in der Pathologie fast auf allen Blättern stehen. Weil nun das Leben des Menschen ohne Affecten, oder solchen Empfindungen, wo Leib und Seele gleichen Antheil nimmt, nicht bestehen kann, so schuf der liebreiche GOtt die beste Welt, darinnen jedes Geschöpfe, mit seiner besondren Annehmlichkeit prangete. Die menschliche Gesellschaft würde nicht so angenehm seyn, wenn ein Mensch dem andern ähnlich sehen, und nicht jeder etwas vor sich eigen haben, sollte. Ja jedes Theil der Welt, jedes Land, jede Landschaft, jeder District, jeder Ort, welchen ein einziger Prospect in sich schlüsset, muste gewisse Annehmlichkeiten haben, besondere Ergötzungen zeigen, und gleichsam wiedrum eine kleine Welt vorstellen, damit das Leben in den Sinnen durch so mannigfaltige Abwechslungen der Objecte ernähret würde. Das Wesentliche der Annehmlichkeit ist die Verändrung. Die Verändrung der Annehmlichkeit stärket die Ergötzung. Die Ergötzung wirket theils durch Empfindung in das Leben des Geistes, theils durch Bewegung in die Lebens-Geister, die ihre Amts-Verrichtungen weit muntrer treiben. Mit einem Worte: Die Annehmlichkeit belebt das Gemüth, und erfröliche das Herze. Das ist eine menschliche Lust, welche der liebesvolle Schöpfer zur Arzney

des

des traurigen Lebens gar wohl vergönnet. Unser Leben kann ohne Verändrungen ohnmöglich bestehen, da es selbst Verändrung ist, und die Quelle des Lebens, das Herze, stets Schlag und Ruhe empfindet. Einer, der auf dem Lande lebet, ergötzet sich, aber nicht so stark, wie einer, der sich nur zu gewissen Zeiten das Land-Leben erwählet. Jener erfreuet sich in der Stadt. Dieser, so bald er das angenehme Land siehet, fänget gleichsam vom neuen an zu leben. Ein jedes Stück Landes hat seine besonderen Vorrechte. Die Annehmlichkeiten sind unzählich, und bleiben stets in ihrer Würde und Nutzen, weil eine die andre wechselt. Sie bewahren die Unschuld des Gemüths, behüten die Gesundheit, ergötzen das Leben, und stehen allen offen. Wie sollte man das Land-Leben anders, als gesund, preisen können?

Libet jacere modo sub antiqua ilice:
Modo in tenaci gramine.
Labuntur altis interim ripis aquae:
Queruntur in syluis aues;
Fontesque lymphis obstrepunt manantibus,
Somnos quod inuitet leues.

Horat. Epod. II.

Gesetzt: daß man die Annehmlichkeiten des Landes, welche das Leben so lebhaft machen, zählen könnte; so würde man doch bey jeder eine vielfältige Verändrung selbst antreffen, daß die Sinnen endlich würden stehen bleiben. Wenn dort unser Heyland die Pracht einer einzigen Feld-Lilie weit über alle Herrlichkeit Salomonis setzet; was will man von tausend und aber tausend so mancherley colorirten Blumen, welche, als Wunder-Werke des Schöpfers,

die Wiesen besetzen, und als Könige der Auen in ihrem schönsten grünen Schmuck, wie Fürsten in Purpur und goldnen Sälern, prangen, was will man von dieser Menge sagen? Wohl das, wie es ehemals selbst Salomo gegeben hat: Das Auge siehet sich nimmer satt. Nicht nur die mit aufgeschoßner Saat bereicherten Felder, nicht nur überhaupt anmuthige, und mit Berg und Thal wechselnde, Fluren erheben eine Annehmlichkeit um die andere, und müssen die Sinnen belustigen; sondern auch Wüsteneyen, Wälder, dürre Gründe, matte Ufer, kahle Gefilde, und magere Triften machen vielmals ein angenehmes Lust-Refier aus. In Wäldern höret man abwechselnde Chöre singender und zwitzschernder Vögel. In Thälern finden wir ein anmuthiges Rauschen flüssender Bäche und Quellen, welche gemeiniglich mit einer von der Natur selbst angelegten lustigen Allee von Sträuchern und Hecken umsetzet sind. Ein klares Wasser, worein Bäume ihren sanften Schatten werfen, steile Felsen, welche sich mit Wurzeln der Fichten und grauen Moos bedecken, fallen in die Augen, als anmuthige Bilder. Von Hügeln und Bergen zeigen sich die schönsten Prospecte mit lustigen Dörfern, welche die Pracht aller corinthischen Schlösser, daß ich mit einem Poeten rede, weit übersteigen.

Hier kann ich Schaaf und Rind in den begrünten Auen,
Die Scheunen voller Frucht, das Feld voll Hoffnung, schauen.

v. Canitz.

Der

Der Ackers-Mann rührt wilde Erde, der Hirte
hütet seine Heerde,
Frolockig hebt das Thier die Brust;
Der Schnitter raubt die reifen Saaten; Die
Erndter führen ihre Staaten
Mit Scherz, mit Arbeit, und mit Lust.
Das Lust-Geschrey streicht über Felder, und rührt
den Fels und matte Wälder
Mit seinem stark geschwellten Schall,
Es eilt von Trift zu Trift zu rücke, und stärcket
die belebten Blicke
Mit einem sanften Wiederhall,
Sapphierend spiegelt sich am Strande, ein Stück
von umgekehrten Lande,
Wo wohnt hier Ehrlichkeit und Treu?
In jener stillen Schäferey.

Der Morgen bricht mit so voller Anmuth des heitern Himmels an, als sich der Abend mit stillen Annehmlichkeiten endet. O welche Pracht! wenn die Sonne hervor tritt, und mit ihren Strahlen, durch das Gepüsche über alles Spiel der schönsten Farben, den bunten Schmuck der Felder beleuchtet! oder mit einem in Westen ausnehmend funkelnden Abend-Roth wiedrum von unsern Horizont und denen Sternen weichet! Keine Unruhe verstöhret die Ruhe in der Nacht, und die eitlen Sorgen lassen uns sicher schlafen. Der Tag fängt mit lauter Leben an, und endet sich mit erwünschter Ruhe der ermüdeten Glieder. Der Mittag führet uns zu einem kühlen Aufenthalt in Schatten, und weiset uns den Wald. Die übrige Zeit des Tages ist viel zu

kurz, die Herrlichkeiten so unzähliger Geschöpfe zu betrachten, und die Werke der Natur und der Arbeit sattsam zu bewundern, welche die Lust auf dem Lande zu einer recht fürstlichen Lust, und aus dem Land-Leben die edelste Lebens-Art, machen. Jeder Monat träget besondere Annehmlichkeiten hervor, und jede Jahrs-Zeit streitet um den Vorzug mit der andern. In Lenz, oder Frühling, ist die Zeit, da das ganze Land bethauet, alle Gewächse zu grünen und blühen anfangen, und der Erd-Boden zu einem recht fruchtbaren Eden wird. Alle Fluren kleiden sich aufs neue mit Blumen. Die erstorbnen Gärten ermuntern sich mit Lust. Alle Geschöpfe werden neu belebet. Der Mensch vermerket frische Kräfte, und wird gleichsam verjünget. Der Sommer träget die angenehmsten Erfrischungen vor, und die kühlen Lüfte in Hunds-Tagen trocknen uns mit ihren sanften Streichen und Anblasen gleichsam den Schweis ab, damit durch grosse Erhitzung die Kräfte und Säfte des Leibes, zur Dauer des Winters nicht zu sehr verzehret werden. Der Herbst bringet uns nicht nur die Reichthümer und Schätze des Erd-Bodens, die frölichen Weinlesen, sondern auch die bequemste Zeit, allerhand Reisen anzustellen, und den Winter darf ich gar nicht loben, weil er sich mit der Ruhe, den warmen Wohnungen, und der so beliebten Schlitten-Fahrt, selbst recommendiret.

Man vergebe mir die Thorheit, wenn ich anders eine mit dem Lobe des Land-Lebens begangen habe; Man wiederlege aber auch zugleich, daß alle diese

diese Dinge nichts zur Gesundheit beytragen. Sollte der Geruch und die Duft von Blumen und Kräutern nicht die Sinnen erquicken? Sollte die auf dem Lande befindliche reine und balsamirte Luft, und die so verschiedne Motion unkräftig seyn, die Gesundheit zu beschützen? Und sollte endlich überhaupt eine so einnehmende Gemüths-Ergötzung geschehen, woran nicht die Glieder des Leibes zu ihrer grösten Munterkeit mit Theil nähmen? Alles dieses vertheidiget die achtbaren Vorzüge des Land-Lebens zur Gesundheit, und das ist noch das wenigste, was es überdieses in wirklichen Curen gewisser Krankheiten beyträgt. Die Verändrung der Luft, das Schiffen, Fahren, Reiten, Jagen, und Spatzierengehen sind allemal von den Aerzten unter die grösten Heils-Mittel der Gesundheit gerechnet worden. Zu denen tritt die Milch- und Wasser-Cur, die Cur der Gesund-Brunnen und Bäder, desgleichen der Vorrath von den natürlichsten, frischesten und gesündesten Speisen, welches alles das Leben unterhält. Sollte dieses keines Lobes würdig seyn? Ja! wer ist im Stande, das Land-Leben sattsam zu loben?

Eines wird mir noch erlaubt seyn anzuführen, welches die anmuthige Beschaffenheit des Land-Lebens, nach der Annehmlichkeit des Landes, in unsern Gegenden, gleichsam auf einmal vorstellet.

Bey Döltzschen, auf der Höhe an Plauen, 1. Stunde von Dreßden, ist ein gewisser Lust-Ort, welcher S. T. dem Herrn Geheimden Cammer-Rath Nimptsch zustehet. Dieser lieget auf einen erstaunenden

nenden hohen Felsen, von welchem sich ein überaus anmuthiger und besondrer Prospect darstellet. Man siehet nicht nur die Festungen, König- und Sonnen-Stein, unzählige Weinberge, Wälder, und einen ziemlichen Strich an Gebirge vor sich liegen, sondern es praesentiret sich auch, wenn man seit der Anhöhe gehet, die Residenz, das Lust-Schloß Pillnitz, der grosse Garten, die Elbe, und eine Menge der schönsten Dörfer in frölichen Auen. Man findet hier in einer Aussicht das flache Land und das Gebirge. Denn diesem Lust-Ort gegen über, und zur Seite fangen grosse Berge und Hügel an, die theils kahl, theils mit Holz, gleichsam logenweise, besetzet sind. An dem Fusse dieser Berge windet sich die Weißritz, wo die von einem Wehr fallenden Wässer in ein angenehmes Rauschen schlagen. Zu dem kommen noch einige Berg-Werke, welche man ohnlängst in dieser Gegend erfunden, und öfters siehet man eine grosse Menge Volks in dem Grund spatzieren gehen.

Es haben hochgedachter Herr Geh. Cammer-Rath folgende Schrift in einen grossen Stein einhauen lassen, welche zugleich ein Zeugniß wird, daß dergleichen Oerter auch der Gesundheit wegen angeleget werden:

SVPER

SVPER
HORRIDAM RVPEM,
PROPE
CADENTIVM AQVARVM MVRMVRA,
CVM DOMVM NOVITER ERECTAM
XXXI. IVLII MDCCXLII.
VENTI INIVRIAE DESOLASSENT,
LAPIDEAM HANC CONGERIEM,
VT OCVLI EXHILARENTVR,
ET CORPVS REFICIATVR
SIGISBVRGVM
NOMINANS EXSTRVXIT
CAROL. SIGISM. DE NIMPTSCH, EQ. SIL.
ET CVBIC. ET CONS. CAM. MDCCXLII.

Und wie sollte ich weiter natürliche Annehmlichkeiten loben, die sich selber loben, und alle kunstreiche Erfindungen weit überspielen und besiegen? Daher sind sie auch, von dem Ursprung des Welt-Baus an, in ihren Preiß nicht nur geblieben, sondern mehr gestiegen. Sollten sie nicht das Land-Leben so erhaben setzen, da heydnische Dichter nach diesem Verbindniß das Land mit den würdigsten Lobes-Erhebungen beehret, und wegen der daselbst wohnenden Ruhe und Freyheit ein Martial dasselbe sedem felicem, wegen seiner Lust und Anmuth ein Virgil laetam, und Horaz amoenam, der Fruchtbarkeit und des vielfältigen Vorraths der Früchte halber ein Varro arduam, Ovid benignam, und sonderlich wegen der Weinberge, Columella luxuriosam, genennet.

net. So hat auch Homer die Eliseischen Felder nach den besten Eigenschaften des Landes gedichtet.

Man verweile noch kurze Zeit auf dem Lande, wovon der Stoff zu unsern Körper genommen ist, welchen der gütige Schöpfer zum Werkzeug der Sinnen auf eine unüberdenkliche Art bestimmet hat, das Wesen des Ergötzlichen zugleich mit zu empfinden. Sollte man aber diese Empfindung, als eine dankbare Kreatur, zum Preiß des Schöpfers nicht wiedrum anwenden? Man hält nicht ohne Grund dafür, daß das Ansehen der ersten Welt weit angenehmer, und sonderlich muste wohl das Paradies mit den grösten Annehmlichkeiten erfüllet seyn, nicht nur, weil es die Schrift einen Garten GOttes nennet, sondern auch, daß die ersten Menschen solche Objecte vor sich gehabt hätten, welche den Kräften ihrer Sinnen, und diese hinwieder den Vollkommenheiten ihrer Affecten just gemäß, und durch eine so verbundne starke Ergötzung und Empfindung dem Verstand unendliche Materie zum denken, und dem Willen unendliche Triebe zum Lobe GOttes bringen müssen, daß folglich das Leben der Seele, mit dem vollkommensten Zustand des Leibes in einem unveränderlichen Wesen bestehen können. Wenn dieses seinen Grund finden kann, so muß man es mehr vor eine Güte, als Strafe GOttes, halten, daß Adam aus dem Paradieß gelassen worden, weil sein verderbter Zustand des Lebens durch solche gänzlich vollkommene Objecte nicht bestehen können. Wenn man den Stand der Unschuld aus dem Gegenhalt unsrer jetzigen Beschaffenheit einigermassen erkennen kann, so wird dieses weiter er-

hellen.

hellen. *) Diese Betrachtung leitet uns noch auf eine Frage: Ob GOtt mit der Sündfluth der andern

*) Ich will mir, zum Besten der Arztney-Kunst, eine Anmerkung herzusetzen ausbitten. Es giebt Patienten, welche verlangen, daß GOtt zu ihren natürlichen Leben soll Wunder verrichten, und dahero pflegen sie Aerzte und Arztneyen zu verachten. Das sind aber die Mittel, wodurch Er vielmals Wunder verrichtet. GOtt hat alles geordnet mit Maas, Zahl und Gewicht, wie die Schrift bezeiget, dahero pfleget Er niemals wieder die Natur, wohl aber mit oder über die Natur, zu wirken. Hat GOtt zu dem geistlichen Leben des Menschen Mittel verordnet, welches doch zum Reich der Wunder GOttes gehöret; wie vielmehr will Er die Mittel geehret haben, welche zum natürlichen Leben gehören? Den ersten Aeltern war der Meßias verheissen, und dahero waren sie schon mit GOtt ausgesöhnet. Ihr natürliches Leben hätte aber an einem solchen Ort, dessen Lust nicht auszudenken, unmöglich bestehen können. Die verderbten Kräfte der Seelen und des Körpers würden in kurzer Zeit einander zerstöhret haben. Dahero war die Arbeit, welche GOtt dem Adam als einem Fluch der Sünde auflegte, zugleich ein Seegen zur Erhaltung seines natürlichen Lebens. Hätten sie im Paradieß bestehen können, so hätte GOtt, wieder die Natur wirken, und das natürliche Leben, wiedrum in den ersten Zustand versetzen müssen. Ich rede hiervon nur in so weit, was man mit der Vernunft ex comparatione idearum von dem natürlichen Leben schlüssen kann. Wir wissen ja, daß diejenigen Leute, welche Adams Arbeit forttreiben müssen, auch die beste Gesundheit geniessen. Das Gegentheil beweiset diese Meynung gleichfalls, und sollte man wohl eine Lebens-Art wissen, welche mit dem Paradieß eine Vergleichung

dern Welt, nicht mehr Güte, als der ersten Strafe, bewiesen?

Viele

chung hätte? Wie wunderbar ist die Güte GOttes! Wer an seinem Schöpfer sündiget, muß dem Arzt in die Hände fallen, und dennoch hat GOtt den Arzt und Heils-Mittel geschaffen. Man spüret noch über dieses den kräftigen Seegen. Ja es hat dem liebreichen GOtt gefallen, sich selbst einen Arzt zu nennen. Daß man aber seiner Cur ohne Mittel nicht geniessen könne, ist daher zu schlüssen, wenn göttliche Majestät selbst klaget: Mein Volk will sich nicht helfen lassen. Wir werden versichert, daß der Liebhaber des Lebens sich aller seiner Werke erbarme, nur müsse man seinen Rath erkennen. Naeman, ein grosser General des Königes zu Syrien, muste sich erst im Jordan waschen, ob ihn gleich, wie er gedachte, der Prophet durch ein Wort gesund machen können. Dem König Hiskia, ob er schon Versichrung seines Lebens hatte, wurde die Gesundheit nach dem Worte des Jesaia durch Feigen wieder erstattet. Selbst der hochgelobte Heyland, der doch auf Erden Wunder-Curen verrichtete, ließ sich einsmal eines natürlichen Mittels gefallen. Und in so weit dürfen Aerzte auch aus der H. Schrift reden. Wenn sie aber weiter gekommen, so sind sie gemeiniglich zu unglückseeligen Kreaturen worden, die in Glaubens Sachen viel Schaden gestiftet. Dahero werden die H. Gottesgelehrten diese unschuldige Anmerkung lassen paßiren. Je nöthiger sie war, je mehr Wirkung wollte ich ihr wünschen. Auch darf sich kein Arzt schämen, seinen GOtt, als den rechten Archiater zu bekennen, denn ohne dessen Beystand ist die Kunst verlohren. Vielleicht kann ich auch das nicht gar zu favorable Sprüch-Wort: Vbi tres Medici, etc. von meinen Brüdern abwenden? Es wird die Vorsicht GOttes, welche doch

unser

Viele haben sich darum bekümmert, was doch Adam im Paradieß müsse vorgenommen haben. Es ist zwar hier der Ort nicht die wahrscheinlichsten Gedanken von dem ersten Leben zu sagen. GOtt war der erste Gärtner, und saßte den Adam in seinen Garten, daß er ihn bauete und bewahrete; Folglich würde seine Arbeit stets eine angenehme Garten-Lust gewesen seyn. Hier würden kunstreiche Erfindungen und Zierrathen geblühet haben. Merkwürdig ist es, daß Adam, ehe der Schöpfer ihn eine Gehülfin brachte, jeglichen Vieh, jedem Vogel unter dem Himmel, jedem Thier auf dem Felde, seinen Namen gegeben. Er muste also der stärkste Naturforscher seyn, und dadurch wäre er immer mehr und mehr zur Bewunderung der Werke GOttes, und tiefster Verehrung dessen Majestät gekommen. Er hätte das angenehmste Land-Leben geführet. Da waren die lustigsten Bäume und vortreflichsten Früchte. Es flossen Wässer, welche Gold, Edelgesteine und die köstlichsten Specereyen, wovon uns das Bedellion genennet wird, führeten.

Das Land ist der Schauplatz der Wunder der Natur. Hier findet der stärkste Naturforscher seine Schule. Daher floriren diese Wissenschaften auf dem Lande, deren Süßigkeit ihre Schüler schmecken. Sie kommen dem ersten Leben der Menschen sehr nahe, und ein Salomo hat hierinnen studiret. Sie machen ein grosses Theil der Arztney-Wissenschaften aus, und bringen eben das rechte Vergnügen. Was

halten

unser Leben bewachet, aus Mangel der natürlichen Erkenntniß vielmals gelästert.

halten des berühmten Derhams Schriften anders in sich, als bewundernswürdige Untersuchungen natürlicher Dinge auf dem Lande? Die Annehmlichkeit des Landes muß wohl einen Stoicker rühren, und die Bequemlichkeit dem größten Welt-Weisen gefallen.

Hier stöhrt kein Zug der Eitelkeiten
Den ewigforschenden Verstand.

Ein jeder Mensch soll nach seinem Vermögen ein Verehrer der Werke GOttes seyn, weil dieses seinem Endzweck, warum er in der Welt ist, am gemäsesten. Ein Thier siehet das Land, und ergötzet sich nach den sinnlichen. Der Mensch aber hat ein Vermögen nach der Vernunft das sinnliche anzuwenden. Die Vögel unter dem Himmel loben ihren Schöpfer, ob sie ihn gleich nicht kennen. Der Mensch aber soll seinen Schöpfer loben, daß er ihn kennet, und aus den Werken der Natur erkennen lernet. Was würde uns die Annehmlichkeit des Landes helfen, wenn wir dabey den Schöpfer vergessen, und dessen hervorstrahlende Herrlichkeit nicht mit der tiefsten Anbetung bewundern wollten? Hier leuchtet GOtt aus seiner Majestät. Dieses ist die erste Pforte zur Erkenntniß GOttes, worinnen es auch die Heyden weit gebracht haben, und wornach sie auch ihr Urtheil erhalten sollen. Man erlaube mir also auch die Werke meines GOttes zu preisen, welches eine allgemeine Pflicht ist, die niemand vergessen darf. Selbst stumme Geschöpfe sind Herolde der Macht, Weißheit, und Güte des Höchsten.

Ein

Ein jedes Gräßlein spricht und lehret:
Es ist ein GOtt, der mich erschuf!
Wohlan ihr Zweifler, kommt und höret,
Vernehmet der Geschöpfe Ruff!
O Schauplatz reicher Meisterstücke,
Aus welchen Licht und Allmacht strahlt;
Worinnen ich ein Bild erblicke,
Da sich der Schöpfer selber mahlt;
Ja warlich, deiner Schätze Menge,
Ihr unvergleichliches Gepränge,
Der Zweck, nach welchen jedes stimmt,
Die lassen uns ein Zeugniß lesen,
Von einem Allmachts-vollen Wesen,
Wo alles seinen Ursprung nimmt.

Drollinger.

Ja jeder Mensch hat wohl noch so viele Kraft des Verstandes, von dem niedrigen auf das höhere zu schlüssen. Es hat unserm Heyland gefallen, ein Gleichniß zu der allgemein waltenden Vorsorge GOttes, mit dem Graß, das GOtt auf dem Felde also kleide, zu brauchen. Wie viel tausend und unzählich tausend Menschen hat das Land schon ernähret? Wie, wenn das Wasser nur einmal an einem Ort vertrocknen sollte? Die allerheiligste Offenbarung lehret uns, daß GOtt das Land baue, und das Jahr mit seinem Gute kröne, wo seine Fußstapfen von Fett und Seegen trieffen. Diese Güte GOttes geniessen wir alle. Sie zu rühmen sind wir auch alle verbunden, sonderlich, da der höchste Versorger unser Land in dem vergangnen Jahr so geseegnet hat, daß also wohl eine unbegreifliche Liebe GOttes zu spüren. Die Erde ist des HErrn.

Unterirdische Schätze sind ein Seegen des Landes. Doch werden die Früchte auf dem Felde noch den Vorzug verdienen. Wie glücklich ist das Land, wo beydes angetroffen wird! Gedoppelte Wohlthaten müssen ja wohl auch verdoppelten Dank verdienen. Ja ein heitrer Himmel übertrift das Licht in allen Edelgesteinen. Trübe Wolken machen ein trauriges Leben. Merkwürdig ist es, daß eine mächtige Finsterniß die gröste vor der letzten egyptischen Plage seyn müssen. Ein angenehmer Tag locket uns aufs Land, und zündet uns gleichsam ein Licht an, die Werke GOttes zu schauen. Wo Licht ist, da ist Leben. Wo Leben ist, da ist Kraft. Wo Kraft ist, da ist Gesundheit und Vergnügen. Und so wird das Land-Leben ein wahres irrdisches Vergnügen in GOtt, welches der nunmehro in himmlischen Vergnügen prangende Brockes so vertreflich besungen:

> Glänzt Sonne, Feld und Fluth in solchen
> Schmuck und Schein!
> Wie herrlich muß ihr Quell, wie schön der
> Schöpfer, seyn?

Es pflegen viele über die lange Zeit zu klagen, und dieses taugt weder zu ihrer Gemüths- noch Leibes-Gesundheit. Ich wollte wünschen, daß sie sich einen Spatzier-Gang ins Freye machten, und das Land betrachteten. *) Wenn man mit der Betrachtung

*) Es sind eine Menge der schönsten Bücher, die so wohl in die Natur-Wissenschaft, als auch auf höhere Betrachtungen zielen, vorhanden, die in Ansehung ihres Nutzens noch zu geringe scheinet. Was ich

trachtung natürlicher Annehmlichkeiten, die eine zu der andern reizen, nicht fertig werden kann, wie will man mit denen übrigen Werken GOttes fertig werden? Ein Tag sagts ja dem andern, und eine Nacht thuts kund der andern, und die Himmel erzählen die Ehre GOttes. Der erste GOttes-Dienst wurde auf dem Lande celebriret. Sollte man sich nicht, als ein Bürger des Landes, der Verheissung von Assaphs Glut beleben, und seine Sinnen nach jenen seeligen Höhen blicken, lassen? Wenn sich die Gemeinde Christi lieblich beschreibet, so nennet sie sich eine Blume zu Saron, und eine Rose im Thal, und wenn der erleuchteste König deren unsichtbare Annehmlichkeit mit der sichtbaren des Landes vergleichet, Ps. 65. und die irrdischen Herrlichkeiten zur Ehre des allerglorwürdigsten GOttes mit hohen Sayten besinget, Ps. 104. wie sollten wir anders unsre dermalige Betrachtung des Landes verlassen, als daß wir mit ihm übereinstimmen, und seinem mächtigen Sela folgen: **Alles Land bete dich an, und lobsinge dir, lobsinge deinem Namen!**

Ich muß mich noch zu einigen Patienten wenden, welche aus unangenehmen Vorfällen in ge-

ich bisher von der Annehmlichkeit des Landes gesaget, werden meine Leser als zufällige Gedanken, worein ich mich auf dem Lande verirret, zu beurtheilen belieben. Sonderlich, da ich nichts finden können, das meiner Absicht gemäß gewesen, und diese Materie eigentlich einen andern Mann, als einen Arzt, erfordert. Sollte einigen diese Unannehmlichkeit etwa angenehm seyn, so könnte mit der Zeit etwas bessers folgen.

wisse Krankheiten verfallen, so man Gemüths-Krankheiten nennet. Vielleicht ist die natürliche Annehmlichkeit des Landes im Stande, hier als ein Arzt und Mittel zu dienen. Die Haupt-Cur will ich zwar denen Moralisten überlassen. Ich rede nur um die Leibes-Gesundheit, welche mich dauert, daß sie nicht wenig dabey verletzet wird. Ist diese gut beschaffen, so kann sie auch den Affect einiger massen hemmen. Wir finden Leute, welche in ihrem Leben kaum von Leibes-Krankheiten überfallen worden. Wenige aber wird man antreffen, die niemals eine Gemüths-Krankheit erlitten. Doch werden die Inwohner der Dörfer am wenigsten davon wissen. Ohnmachten haben ihren Haupt-Ursprung aus dem Gemüth, daher sie von den Aerzten animi deliquia benennet werden. Ist der Affect so hefftig, daß er die Wirkungen der Seele in den Körper, und diesen in der Bewegungs-Kraft zugleich, hemmet, so erfolget eine jählinge Apoplexie. Also hat man sich wohl vor Alterationen zu hüten. Auch eine übermäßige Freude kann man eine Gemüths-Krankheit nennen, weil die Leibes-Kräfte in einen ausserordentlichen Trieb gesetzet werden. Man hat Exempel, daß viele daher das Leben eingebüsset. Eine Gemüths-Krankheit entspringet entweder aus Einbildung, oder Herrschaft, der Affecten. Jene könnte man eher eine Verstandes-Krankheit nennen, denn diese Patienten sind vielmals, dem Leben des Körpers nach, die gesündesten. Hier dienet der Unterricht. Ein Mittel, welches hierbey so nöthig, als die Luft, zur Leibes Gesundheit ist. Ja diese Krankheiten sind noch gefährlicher, weil sie unvermerkt nach dem Leben

ben der Seele, oder der Vernunft, wirken, je weniger die Patienten ihre Krankheit merken. Wenn Schriften etwas dabey dienen können, so findet man einige, die de Medicina Mentis handeln. Bey denen leztern, welche ihren Hauptsiz in den Nieren haben, pflegen die Gold-Arzteneyen wohl anzuschlagen. Solche Sachen sollten die Medici, wenn sie sich durch Gold-Tropfen berühmt machen wollten, in Commission geben. Sie würden der vielen Zettel und weitläuftigen Recommendationen ersparen. Dahero kann ich nicht die Einsamkeit, Ruhe, und das Landleben überhaupt, recommendiren. Vielmals aber wird der heftigste Affect gebändiget, und das verworrenste Gemüth in Besänftigung und Ordnung gesetzet, wenn wir den Umgang fliehen, den wir vielleicht selbst zuvor gesucht, und nach dem obigen Rath des Celsus uns von der Compagnie zuweilen entziehen. Aloysius Lusini, ein gelehrter Medicus in Venedig, hat einen lesenswürdigen Tr. de animi affectibus compescendis geschrieben. Straßb. 1713. 2. ed. Und wenn wir von Verfolgung, Sorgen, und andern Beschwerlichkeiten des Lebens ermüdet, so wird man auf dem Lande die Süßigkeit der Ruhe, der Freyheit und des Vergnügens in einem hohen Grade schmecken.

> Ex meo propinquo rure hoc capio commodi:
> Neque aegri neque vrbis odium me vnquam
> percipit,
> Vbi satietas coepit fieri, commuto locum.
>
> *Terent.*

Wenn die Alten das Land-Leben beschreiben wollten, so nennten sie es Solatia ruris. Es ist bekannt, daß

 ehemals

ehemals sonderlich die Römer ihre ansehnliche Meyerhöfe und Land-Güther hatten, wie die Gelehrten von dem Cicero, Seneca, Horaz, Plinius, und der grossen Familie des Fabricius, wissen. Dahin begaben sie sich nicht nur wegen des Divertissements, das zwar ohnedem die Gesundheit muß mit nehmen, sondern weil Rom allezeit vor ungesund gehalten worden, und verblieben gemeiniglich allda vom Ende des Junius an, bis zu Ausgang des Septembers. So gar liessen sie Kranke an solche Oerter bringen. Diese Gewohnheit sollen noch die Vornehmen in Rom nach des Leprotti, eines päbstlichen Leib-Arztes Bericht, beobachten. Viele Römer verwechselten so gar ihre Land-Güther der Gesundheit halber. Im Sommer waren sie wegen der frischen Luft in der Gegend um die Tieber, welche daher Martial gelidae tiburis arces nennet. Zum Winter aber begaben sie sich in die warme und fruchtbare Landschaft Campanien. Bey eben dieser Nation wurde es sonst vor eine grosse Ehre und hohes Lob gehalten, wenn jemand ein guter Land- und Ackers-Mann geheissen wurde, wie Cato berichtet, und Cicero lobet das Land-Leben, und nennet es eine Lehr-Meisterin der Sparsamkeit, des Fleißes, der Ehrlichkeit, ich setze noch dazu, und der Gesundheit.

Von dem Nutzen einer veränderten Lebens-Art, und des Land-Lebens insbesondre.

Aus den verschiedenen Lebens-Arten der Menschen lassen sich die Ursachen ihrer verschiedenen Gesund-

sundheit vornämlich ermessen. Wir würden zu thun finden, wenn wir dieses und jenes sattsam erklären wollten. Ramazzini hat sich zwar hierinnen einer sehr gelehrten Arbeit unternommen, und die Krankheiten aus der Beschaffenheit so vieler Profeßionen geleitet. Eigentlich aber, so hat jeder Mensch seine besondre Lebens-Art, und, wie in andern Dingen, so folglich auch in der Gesundheit, seinen besondren Zustand und absonderliche Krankheiten. Jede Gesundheit erfordert ihre besondre Lebens-Ordnung. Jede Krankheit ihr besondres Heils Mittel. Es hat zwar Leute gegeben, welche ihre Sache in eines bringen, und mit Universal-Medicamenten alle Krankheiten vertreiben, wollen. Die Probe hat aber an ihnen selbst, da sie sich doch am besten erkennen können, nicht Stich gehalten. Dergleichen Prahlereyen haben der Arztney-Kunst mehr Nachtheil, als Ehre, gestiftet. Man hat zwar in gewissen Krankheiten besondere Mittel, wo aber ein geschickter Arzt dabey fehlet, da pflegen sie auch besondren Schaden anzurichten. Es fraget sich aber hier besonders: Ob man nicht ein Universal-Mittel zu Erhaltung der Gesundheit finden könne? Wenn man besondere Regeln hierzu ertheilen sollte, so würde man sich ebenfalls nach den Lebens-Arten der Menschen richten müssen. Doch getraue ich mir eher ein Universal-Mittel der Gesundheit, als in Krankheiten, zu finden. Die Verändrung der Lebens-Art. Andere mögen noch so viel von ihren Polychrest- und Verwahrungs-Mitteln rühmen, so ist doch keines mit diesem so zu vergleichen. Und also will ich davon etwas überhaupt gedenken, und

die

die Lebens-Arten der Menschen nur in zwo Classen setzen, in dem Stadt und Land-Leben. Von dem letzten handeln wir hauptsächlich, und die Vorzüge desselben in Ansehung der Gesundheit werden uns immer deutlicher und schätzbarer werden.

Ich habe den sehr edlen Gesundheits-Rath eines alten römischen Arztes, des Celsus, schon oben angeführet. *) Ich rede hier vornämlich mit Gesunden, oder die noch nicht an ihren Schmerzen liegen. Denn wirklichen Patienten muß man eine besondre Diät verschreiben. Jedoch darf man nicht meynen, als ob die Aerzte mit Anweisung einer veränderten Lebens-Art der Unordnung in derselben das Wort reden wollten, die eine Quelle mancherley Uebel ist. Sondern, weil alle Verändrungen ergötzen, und die schwereste Arbeit erleichtern, das beste Leben aber, wenn es nicht Abwechslungen unterworfen, zum Verdruß wird, die Natur des Menschen auch stets Verändrungen suchet, so sind diese Dinge zum Nutzen der Gesundheit mit dem glücklichsten Erfolg anzurathen. Die Verändrung der Lebens-Art muß demnach so beschaffen seyn, daß die Ordnung und Mäßigkeit damit bestehen kann, wenn der Nutzen davon, welchen man preiset, glücklich soll erhalten werden. Dieser findet sich darinnen, daß ein guter Gemüths- und Leibes Zustand, nicht nur ungemein beschützet, sondern so gar auch das Gemüthe, Temperament, Geblüte, und die Natur des Körpers

*) Hiervon hat der Herr Prof. in Kiel, D. Ernst Gottbold Struve, ein schöne Oration de Vitae Varietate, insigni sanitatis praesidio, 1737. geschrieben.

Körpers verändert wird, wie sich alle diese Dinge nach den Jahren, der Verbesserung des Verstandes, der Lebens-Art, und Gewohnheiten zu ändern pflegen.

Ohngeacht die Verändrung der Lebens-Art das vornehmste Gesundheits-Gesetz vor Gesunde in sich begreifet, so muß doch die Uebung desselben nicht gebunden, sondern freywillig, und nach eines jeden Neigung, eingerichtet seyn! Diese Neigung *) wird, weil sie in den Schranken der Gesundheit bleibet, die allgemeine Regel vor jeden insbesondre, wornach die Verändrung der Lebens-Art eine öftre Abwechslung der Geschäfte und Kräfte, des Umgangs, der Zeit, des Orts, der Luft, Speisen und Getränke, des Schlafes, der Ruhe und Gewohnheiten, in sich fasset. Unter dieser veränderten Lebens-Art wird mir erlaubt seyn sonderlich das Land-Leben zu verstehen, wodurch dieses alles am besten und glücklichsten von statten gehet. Eine Pflanze, wenn sie versetzet wird, wächst vielmals besser, und wir werden beynahe ganz andere Menschen, wenn wir unsre Lebens-Art ändern. Es dependiret zwar mehrentheils ein solch Gesundheits-Mittel von dem Glück, und viele können sich einer so angenehmen Verändrung nicht bedienen, wenn sie auch gerne wollten.

*) Ich rede hier nicht von der Neigung, als einer Begierde, welche die Lust einer Verändrung der Grösse, sondern einer Verändrung der Art, ausmachet, und da muß man sonderlich auf die Leibes-Gesundheit sehen, denn ohngeacht ich die ganze Natur des Menschen zum Vorwurf nehmen müssen, so ist doch das erste in solchen Schriften, welche den Gemüths-Zustand betreffen, zu suchen.

wollten. Unterdessen verschaffet doch die Verändrung mit denen Dingen, die wir in unsrer Gewalt haben, zur Gesundheit dermaligen Nutzen, welcher eines jeden Aufmerksamkeit verdienet. Denen, die sich in Städten aufhalten, durch überhäufte Geschäfte und vielen Umgang sich selber vergessen, und dahero an ihrer Gesundheit gar sehr entkräftet werden, bekommt das Land-Leben vortreflich, und weil Leibes-Gesundheit mit der Gemüths-Ruhe verbunden, so wird das ganze Leben durch Einsamkeit, Bequemlichkeit und unschuldige Ergötzungen ungemein bewahret.

Auch die grösten Herren der Welt vergnüget zuweilen das Land-Leben, und die Last hoher Staats-Geschäfte erleichtert eine oft veränderte Lust. Dem Adel darf man sothane Verändrung nicht erst anpreisen, denn diese haben ihre Ritter-Sitze, und nach der Redens-Art des berühmten Juristen Tiberii Deciani, gleichsam zwo Behausungen, da sie im Winter gemeiniglich in Städten, und im Sommer, auf dem Lande, leben. Will man diese Sache entweder vor zu hoch getrieben, oder etwas nichts-würdiges, halten, der mag unterdessen mit der Antwort zu frieden seyn, welche der ehemalige Berg-Rath Henkel in der **Beschreibung von Gießhübel**, p. 3. darauf gegeben. „Es ist, sagt er, keine überflüßige Grille, wenn man überhaupt mit Erwählung seiner Wohnung, und des Orts seine Gesundheit und Leben wahrzunehmen, und deswegen denselben manchmal zu verändern, besorget ist, welches Hippokrates, schon nachdrücklich gerathen hat, und von grossen Herren, und wohlhabenden

den Leuten, nicht ohne merklichen guten Erfolg, in Acht genommen wird.„

Ich werde zu meinem Rath mit Verändrung der Lebens-Art einige auserlesene Zeugnisse anführen. Der ehemals in Italien sehr berühmte Baglivi, redet hiervon also: „Die Alten bedieneten sich schon einer veränderlichen Lebens-Art, so wohl zum langen, als gesunden, Leben. Dieses finden wir bey dem Seneca und Celsus. Es ist nämlich denen, welche durch überhäufte, so wohl öffentliche, als Privat-Besorgungen, den ganzen Tag fatiguiret werden, oder dem studiren obliegen, nichts verderblicher und ihrer Gesundheit nachtheiliger, als das Gemüthe stets in dergleichen Beschäftigungen ohne nachlassen zu forçiren, und demselben keine Ruhe, noch behörige Erquickung, gönnen. Seneca schreibet im B. de tranq. animi eine andre Ordnung vor:

danda est remissio animis, meliores acrioresque
requieti surgent.

Die Compagnie ist jedoch mit der Einsamkeit stets zu verwechseln. Diese erwecket ein Verlangen nach jener, jene führet uns wiedrum zu dieser, und so dienet eines dem andern. Gefällt uns vieler Umgang nicht, so wird die Einsamkeit angenehm. Sind wir diese überdrüßig, suchen wir Gesellschafft. Auch ist das Gemüth nicht beständig mit ernsthaften Dingen zu beschäftigen. Sokrates pflegte so gar mit Knaben zu spielen. Demnach müssen diejenigen, so vielen Geschäften und studiren obliegen, täglich ihre Gemüther nach der Vorschrift des Seneca mit

Ruhe und Ergötzung aufmuntern. Unterlassen sie aber dieses, und wollen es nicht achten, so dürfen sie vor unzählige Arten Krankheiten, blos aus dieser Ursache, nicht sorgen. Und woher kommen denn jetzo bey solchen geschäftigen Personen so viele hypochondrische, scorbutische Zufälle, jählinge Schlagflüsse, und noch viel andere Krankheiten, als von so mannigfalten Gemüths-Beunruhigungen, und übermäßigen Geschäften? „Recht wohl thun diejenigen, so redet der mit Ruhm angeführte Rivinus, welche zwar studiren, sich aber auch auf verschiedne Art divertiren. Denn diesen ist es sehr nützlich, ja zu Erhaltung der Gesundheit unentbehrlich, ihr Museum mit dem Fecht-Boden, die Feder mit dem Ragget, die Bücher mit dem Ball, das Sitzen mit Reiten, die Ruhe mit Tanzen, zu verändern, und sich wechselsweise der Motion und Bequemlichkeit zu bedienen.„ Und daß ich noch ein Zeugniß eines gelehrten Mannes, des ehemal. H. Prof. Schraders, in Helmstädt hierzu nehme, so bestätiget er in s. Diss. de Eruditorum Valetudine, 1701. diese Sache also. „Durch stetes Lesen und Nachsinnen wird der Verstand öfters mehr verderbet, als verbessert, ein stark Ingenium nicht selten überfüllet, und ein schwaches entkräftet. Nicht ohne Mitleiden kann ich an diejenigen denken, welche sich auch zur schönsten Jahrs-Zeit in ihre Stube einschlüssen, und die Lebens-Geister entweder gar nicht, oder selten, mit andern Objecten auf dem Lande, in Wäldern und Gärten, ermuntern, noch auch sonsten zur Frühlings-Zeit, wo alles anfängt zu leben, die Werke des Schöpfers betrachten.

trachten. Daher thun diejenigen weit besser, und rathen ihrer Gesundheit, welche nach der Arbeit auf eine erlaubte Art ruhen, und das ermattete Gemüthe auf eine angenehme Weise recreiren.„

Daß aber dergleichen unmäßige Gemüths-Beschäftigungen der Gesundheit schaden, und hingegen diese wiedrum jenen, und sonderlich den sinnlichen Kräften, zu statten kommen, erhellet zwar aus der Gemeinschaft, welche beyde Theile unter sich haben, unterdessen ist es schwer etwas gewisses davon zu bestimmen, und was wir wissen, wissen wir aus der Erfahrung. Die stärkste Kraft, wenn sie keine Ruhe noch Verändrung leidet, wird geschwächt, und erschöpfet. Durch stetes sitzen und denken werden die Säfte verdicket, der Umlauf des Blutes gehindert, der Nerven-Saft verschwindet, und das Gehirn leidet unersetzlichen Schaden. Wie dieser nun auf das Gemüthe falle, davon kann ich keine lebhaftre Beschreibung finden, als welche der H. Hof Rath Platner, dessen Tod noch alle rechtschaffene Gesundheits Gelehrten bedauern, hiervon hinterlassen. *) „Wir denken, sagt er, durch das Gehirn also, wie wir durch die Augen sehen. Wenn das Gehirne und die damit verbundenen Nerven eine Aendrung leiden, wird die Gemüths-Verrichtung und das Denken auch verändert.„ Dahero kommt

*) In Pr. Medicos de insanis et furiosis audiendos esse. Auch habe ich etwas von dieser Materie gedacht in einen gewissen Glückwünschungs-Schreiben: Ob die Sorge einer weitläuftigen Gelehrsamkeit, der Sorge einer guten Gesundheit vorzuziehen sey? Leipzig. 1749.

kommt eine Verändrung in der Lebens-Art, die mit den Regeln der Gesundheit eingerichtet ist, dem Gemüthe und Körper auf eine so ungemeine Art zu statten, daß es mit ihrer Kraft weit über alle Arztney-Mittel stehet. Aber eben dieses ist ein Rath in noch gesunden Tagen. Wird man diesen nicht verachten, so wird man seine Gesundheit und Leben bewahren, und eine Schuldigkeit observiren, die natürlich und billig ist, woran man aber wenig gedenket.

Die beste Verändrung der Lebens-Art ist ohnstreitig das Land-Leben. Dieses wird Gelehrten zu einem rechten otio literario, und wenn die Kräfte des Verstandes nach dem studiren ruhen, so werden die Sinnen mit Betrachtung natürlicher Dinge ermuntert. Cicero erzehlet von dem Scipio und Läelius, daß sie, als ein paar Herzens-Freunde, die Stadt öfters mit dem Lande verwechselt, ja gleichsam wie die Kinder am Meer-Ufer Muscheln gelesen und mit Steinen gespielet. Ich kenne einen gewissen Gelehrten, der sich stets mit der Algebra und andern mathematischen Wissenschaften beschäftigte, und an einer heftigen Cephalalgie laborirte, die vermuthlich aus der Galle ihren Ursprung hatte, wobey er so verdrüßlich war, daß er sich selbst über sein Naturell beschwerete. Dieser begab sich einige Zeit zu einem guten Freund aufs Land, und hat hernach gestanden, daß ihm dieses mehr, als alle moralische und medicinische Mittel, geholfen. Seneca erzehlet schon von sich, daß er ganz neue Kräfte bekommen, wenn er sich eine Zeitlang in Weinbergen aufgehalten. Ein vornehmer Medicus hat mir

mir zu berichten die Gütigkeit gehabt, daß er ehedessen einen Herrn, welcher stets in Collegiis seyn müssen, und öfters mit Blähungen, Verstopfungen, Kopf-Weh, und verderbten Appetit incommodiret gewesen, nach einigen, aber vergeblich angewendten, Arztney-Mitteln, gerathen, die Lebens-Art zu ändern, und sich eine Zeitlang aufs Land zu begeben, welcher Rath zu seiner Gesundheit auch glücklich ausgeschlagen. Viele Künstler, als Kupferstecher, Mahler, und dergleichen, haben diese gute Gewohnheit, daß sie die Morgen-Stunden zur Arbeit, und die übrige Zeit des Tages zum Vergnügen anwenden, welches ihnen denn, wenn darinnen nicht über die Schranken geschritten wird, vieles zu ihrem Wohlbefinden beytragen muß. Dahero thun diejenigen sehr wohl, welche sich zu gewissen Jahres-Zeiten aufs Land und in Weinberge begeben, oder andere Lust-Reisen vornehmen, wenn sie sonst keine Verändrung in der Lebens-Art geniessen können. Die vornehmsten Einwohner in London pflegen alle Jahre zur besten Zeit sich aufs Land zu wenden, und sonderlich an ihrem Geburts-Ort frische Luft zu schöpfen. Besonders wird dergleichen Verändrung solchen Personen, welche zur Melancholie und vielen Feuchtigkeiten geneigt sind, vielen Nutzen verschaffen.

Daß also der Gemüths-Zustand und das Temperament nach der Lebens-Art geändert, verbessert und gestärket werde, auch das Land-Leben oftmals mehr als die stärkste Moral ausrichte, davon verhoffe ich eine solche allgemeine Ueberzeugung zu finden, daß ich weiter nichts dazu setze. Daß auch

gerade nach der Zustand des Körpers geändert werden könne, ist daher zu erweisen, weil die Natur des Menschen von ihrem Ursprung an, und nach den Jahren, augenscheinlich verändert wird. Dieses geschiehet nicht nur dem Wesen des Menschen nach, das an sich selbst veränderlich ist, sondern es dependiret gröstentheils von der Beschaffenheit der Lebens-Art, woraus man die Macht derselben in den ganzen Zustand des Menschen sattsam erkennen kann. Wir wissen aus Erfahrung, daß viele Leute, die sich entweder aus der Stadt aufs Land, oder von dem Lande in die Stadt, begeben, doch mehrere von diesen, als jenen, so gleich mancherley Unbäßlichkeiten unterworfen zu seyn pflegen. In langwierigen und rückfälligen Krankheiten ist der vornehmste Rath die Verändrung der Lebens-Art, und sonderlich vor der Zeit, ehe sich der Feind des Lebens und der Gesundheit einstellet, wodurch dem Anstoß davon bey Zeiten vorgebeuget, die Gewalt desselben gebrochen, und entkräftet, folglich das Uebel nach und nach völlig gehoben werden kann. Saget man insgemein: die Natur habe sich geändert, so wird man auch daran keinen Zweifel haben, daß auch der ganze Gesundheits-Zustand könne geändert werden. Dieses ist der Zweck in allen Curen der Krankheiten, und zu der Zeit neiget sich die Natur selbst zur Verändrung. Vor den vormaligen Appetit zum Speisen findet sich der Eckel, vor die Stärke der Glieder Mattigkeit, vor die unmerkbare Transspiration der Schweiß, vor das Wohl der Schmerz und andere Dinge mehr, und wer wollte zweifeln,

daß

daß sich die Natur auf diese Weise nicht vielmals selbst curire?

Die Verändrung der Lebens-Art geschiehet vornämlich mit den Dingen selbst, welche das Leben erhalten müssen, als Speisen und Getränken, dem Schlaf, der Arbeit und Motion, der Ruhe und angenommenen Gewohnheiten, endlich auch der Luft. Bey den ersteren muß man zwar mit Behutsamkeit verfahren und nach Umständen rathen, denn, wenn ein guter Tisch gedecket ist, der wird nicht sogleich grobe und schlechte Kost geniessen, und den Wein mit Wasser verwechseln, können. Doch nützet eine mählige Verändrung, und oftmals eine mäßige Enthaltung. Der Schlaf wird zu einem überaus stärkenden Gesundheits-Mittel, wenn man ihn zu der Zeit brauchet, wie ihn die Natur selbst eingerichtet hat. Diejenigen, welche aus Nacht Tag, und aus Tag Nacht, machen, oder sich zur Unzeit der Mittags-Ruhe bedienen, sind vielerley Zufällen unterworfen. Hingegen dienet ihnen kein beßres Mittel, als wenn sie ihre Mode ändern, Abends ruhen, das aurora musis amica bedenken, und die Morgen-Stunden zur Arbeit anwenden. Den angewöhnten Mittags-Schlaf zu vertreiben, ist eine Motion im Freyen das beste Mittel. Vielen Geschäften dienet die Ruhe. Die Beschwerlichkeit der Arbeit und Müdigkeit der Glieder wird durch Verändrung der Geschäfte gar sehr erleichtert. Der Schaden von angenomnen Gewohnheiten durch Verändrung derselben am besten gehoben. Sonderlich kann die Verändrung der Luft, welche durch Verändrung des Orts und der Wohnungen, und

 sonder-

sonderlich mit dem Land-Leben, geschiehet, die notableste und gesündeste genennet werden, weil die Luft über alles eine mächtige Wirkung in dem Körper hat. Es ist merkwürdig, daß sich viele in gewissen Zimmern stets unbaß befinden, so bald sie aber solche ändern, wiedrum recht wohl und munter zu werden anfangen. Auch ist der Einwurf hier nicht so zu befürchten, daß alle geschwinde Verändrung gefährlich sey, denn die Verändrung der Luft um etliche Meilen, wenn man die Stadt mit dem Lande, oder sonst einen Ort mit einer gewissen Gegend, verwechselt, ist nicht so groß, und kann eher eine Verbeßrung heissen, die ohnmöglich Schaden anrichtet. In den übrigen Dingen stehet der Satz des H. Boerhaave feste, wenn er saget: „ Alle jählinge Verändrung ist gefährlich, aber wenn die tägliche Lebens-Art oft verwechselt und nach und nach geändert wird, so ist dieses ein ungemeines Erhaltungs-Mittel der Gesundheit. „

Man verlanget von den Aerzten, daß sie auf eine angenehme, sichre und gewisse Art curiren sollen; wie, wenn ich in Krankheiten, so die langwierigsten und intricatesten sind, die Verändrung der Lebens-Art und das Land-Leben anriethe? So haben auch viele eine Aversion vor Arztneyen, denen also nichts bessers kann gerathen werden. Denn durch eine solche angenehme Verändrung wird der ganze Körper in Verstärkung, und das Gemüthe in frische Munterkeit, gesetzet, daß man sich gleichsam neu belebt befindet. Der Umlauf des Blutes und der Säfte gehet weit expediter, die Natur schaffet das Ueberflüßige auf mancherley Art hinweg,

weg, und kommt der Bewahrung des Lebens ausnehmend zu statten. Nur daß man mit diesem Gesundheits-Mittel eine Zeitlang anhalte, auch nicht allen Gebrauch der Arztneyen und den besondren Rath eines Arztes nach Befinden ausschlüsse. Denn es ist nicht genug, daß man sich aufs Land begiebt, und die Lebens-Art, deren man sonst gewohnt ist, daselbst fortsetzet. Es giebt Leute genug auf dem Lande, welche die Commodite und Lebens-Art, wie in Städten, führen, und dahero auch mit Krankheiten, so bey den letztern anzutreffen, überfallen werden. Plinius weiß sich das Land-Leben anders zu Nutze zu machen, wenn er saget: ich gehe spatzieren, ich arbeite, bade, und salbe mich, und Capitolinus erzehlet von dem Antonio pio, daß er auf seinen Gütern stets veränderlich, und nach Beschaffenheit der Zeit, gelebet.

Bey dem Land-Leben finden wir alle die Eigenschaften, welche die Aerzte von den grösten und kräftigsten Mitteln der Gesundheit verlangen. Es ist eine Arztney ohne dem Arzt. Ein Arzt ohne einem Hülfs-Mittel. Wenn ehemals die alten Medici zu Salerno, oder die bekannte Schola Salernitana, folgenden Gesundheits-Rath vorgeschrieben:

Si tibi deficiant Medici, Medici tibi fiant
Haec tria: Mens hilaris, requies, moderata diaeta.

Wird nicht ein jeder zugestehen müssen, daß das Land-Leben zu diesen 3. Mitteln, als Wächtern der Gesundheit, in Abwesenheit der Aerzte am besten verhelfe? Hier findet man nicht eine übergehende, oder gar nachtheilige Freude, sondern eine beständige

und sichre Frölichkeit des Gemüths. Das Land-Leben leidet keine übermäsige Commodite, noch fatiguiret das Gemüthe mit häufigen und verantwortlichen Geschäften. Vielmehr ist es der Wohn-Platz einer ungestöhrten Ruhe. Eine Verwaltung der angenehmsten Verrichtungen. Erhält seine Freunde nicht mit köstlichen und überflüßigen Gerichten, sondern mit schlechten, frischen und gesunden Speisen. Wenn Hofmann die einfältigste und doch die beste Arztney beschreibet, und dieselbe in guter Motion, mäsiger Diät oder Fasten, und dem Wasser-Trinken findet und recommendiret; *) was rathet er hierdurch wohl anders, als das Land-Leben?

Die Erfahrung giebt den Ausschlag der Sache. Oftmals ist es ganz richtig, daß man dasjenige, was die Aerzte an sich selber thun, auch bey andern vor gesund und heilsam halten müsse. Nun wollte ich Exempel gnug anführen, daß viele und grosse Medici am meisten das Land-Leben erwählet. Thomas Bartholin, ein berühmter dänischer Leib-Arzt und Professor Honorarius zu Koppenhagen, lebte mehrentheils auf seinem Land-Gut, Hogestädt. Hieronymus Mercurialis, ein gelehrter Professor der Medicin zu Padua, begab sich in seinem Alter, der Erquickung wegen, nach seinem Vaterlande Forli. Und wem ist unter den Gesundheits-Gelehrten das Exempel zu unsern Zeiten des Nicolai Cirillo, **) obersten Lehrers der Genesungs-Kunst zu Neapoli, unbekannt? welcher, da er seinen kränklichen Zustand durch alle angewandte Arztney-Mittel nicht ändern

*) vid. ej. opuscul. med. pr.

**) vid. ej. Consulti medici. 1741. in praef.

ändern können, sich aufs Land begeben, und glücklich wiedrum zur Gesundheit gekommen.

Ferner werden diejenigen, welche gewisse und anhaltende Curen anfangen, am besten thun, wenn sie sich aufs Land begeben, dergleichen sind Brunnen-Wasser- und Milch-Curen, weil sich das Land-Leben hierzu mit den geschicktesten Umständen und allen seinen guten Eigenschaften selbst recommendiret. Auch geniessen diejenigen gar viel von der Güte des Land-Lebens, welche warme Bade-Curen an gewissen Orten abwarten. Bey allen diesen muß man die Sorgen zu Hause lassen, das Gemüthe auf mancherley Art ermuntern, und die besten Motionen vornehmen.

In Frankreich und einigen Oertern in Deutschland wird im Frühling, oder zu Ende des Sommers, eine besondre Cur auf dem Lande angestellet. Ich will sie kurz beschreiben, weil sie nicht allen bekannt seyn möchte. Diejenigen, welche sich dieser Cur bedienen, lassen gleich auf der Trift das Wasser von jungen Kühen auffangen, durch ein Tuch seichen, und trinken nüchtern ein gut Glas voll davon, alsdenn gehen sie etwa eine viertel Stunde spatzieren, und nehmen noch ein oder etliche Gläser voll zu sich, wobey sie sich nach der Wirkung des vorigen Tages richten. Ein paar Stunden drauf essen sie eine gute Suppe. Es treibet den Urin und purgiret stark, doch ohne Empfindung einer Mattigkeit oder verlohrnen Appetits zum Essen. Mit dieser Cur wird 10. bis 12. Tage angehalten, und bekommt sonderlich gesetzten und starken Personen. Sie soll in vielen langwierigen Krankheiten, der Gicht, dem Po-

dagra, eingewurzelten Husten, der Wasser- und Gelbensucht, desgleichen in hysterischen Zufällen, gute Dienste verrichten.

Das Land ist nicht nur zu wichtigen Curen bequem, sondern es träget auch, seiner guten Eigenschaften wegen, selbst sehr vieles zu Wiederherstellung der Gesundheit bey. Plinius bittet in einem seiner Briefe den Paulinus, daß er seinen Frey-Gelassenen, den Zosimus, auf seine Güther in der Provence nehmen möchte, bis er von dem Husten und Blutspeyen befreyet wäre, weil er öfters von ihm gehöret, daß daselbst gesunde Luft, und gute Milch, welche zu diesen Curen am bequemsten, anzutreffen. Celsus rathet denen, so die Gelbesucht haben, daß sie sich in einem bequemen und freyen Zimmer aufhalten, angenehme Divertissements mit Schiffen, Reiten, Spielen, und andern Dingen mehr, die das Gemüth ergötzen und erwecken, machen sollen. Deswegen würde auch diese Krankheit von den Aerzten die königliche (morbus regius) genennet. Wo findet man aber alles dieses besser, als auf dem Lande? Vieler anderer Dinge zu geschweigen, von denen die folgenden Abhandlungen ein mehreres vorlegen werden.

Nach einer überstandenen Krankheit wird so wohl zum Beschluß der Cur, als der Gesundheits-Ordnung wegen, nach derselben, wovon wir bey den Alten vortrefliche Spuren finden, nichts beßres gerathen werden, als eine Zeitlang sich des Land-Lebens zu bedienen. Ja ich wollte behaupten, daß durch dieses und ein rechtes Verhalten in der Diät alsdenn eine weit vollkomnere Gesundheit, als zuvor

vor, könne erhalten werden, ob dieses auch nicht bey allen so eintreffen möchte. Nach einer Krankheit fangen wir gleichsam wieder neu zu leben an, was ist billiger, als daß wir, wenigstens eine Zeitlang, uns der accuratesten Ordnung in der Lebens-Art, gesunder Luft und guter Gemüths-Ruhe, bedienen? Zu diesen allen verhilft das Land-Leben auf mancherley Weise, und eine solche Verändrung der Lebens-Art ist der Gesundheit wegen allen, so sie glücklich haben können, bestens zu recommendiren, und anderen, welche sie gerne brauchen wollten, aus wahrer Aufrichtigkeit zu wünschen. Ich schlüsse mit denen Worten, welche sich H. Prof. Strube zu Ende seiner Oration bedienet. „Glücklich sind also diejenigen, welchen die Güte GOttes gegönnet, eine freye und veränderliche Lebens-Art wohl und gesund zu führen! Noch glücklicher sind die, so sich einer solchen Verändrung zu Befestigung ihrer Gesundheit und ihres Lebens wirklich bedienen! Am glücklichsten sind endlich die, welche der Verändrung also vo[illegible]gen, daß sie gegen allen bey Verändrung ihres Lebens und der Geschäfte ein gesetztes Gemüthe bezeigen!

Viue tibi, quantumque potes praelustria Vita,
Appete nec magnos et inanes Vrbis honores.
Tutius est multis priuatam ducere vitam,
Quam propriis opibus neglectis sumere claram.

Ouid. Trist. l. 3. Eleg. 4.

Zweyter Abschnitt.
Von der Gesundheit des Landes,
und
besonders des Gebirges.

Da die Gesundheit der Menschen gröstentheils von der gesunden Beschaffenheit des Landes, und der darnach eingerichteten Lebens-Art, dependiret, so kann man leicht schlüssen, daß zu den Eigenschaften eines Gesundheits-Gelehrten auch erfordert werde, von den natürlichen Dingen über der Erde, der Luft, den Winden, den Jahres-Witterungen, und Wetter-Verändrungen, dem Wasser, und den Flüssen, der Lage eines Orts und Gegend des Landes zu urtheilen. *) Dahero hat man vor Zeiten

*) Die vielen Schriften, welche man zu unsern Zeiten dißfalls aufzuweisen hat, bestätigen dieses, und können zugleich damit eine vorgefaßte Meynung ziemlich wiederlegen. Die Aerzte in Italien, Fortini, Donio, Panaroli, Fabretti, Lancisi, und nur noch vor einiger Zeit Joseph del Papa, ein gelehrter Leib-Medicus des Groß-Herzogs von Toscana, nebst vielen andern, haben davon lesenswürdige Tractate an Tag gegeben. Strobelberger hat eine ganze physicalisch medicinische Abhandlung von Frankreich, Erndtel von der Gegend um Warschau, Lithenius von Schweden, Rauch von Oesterreich, Gravius von Hessen, Adolphi von Schlesien, geschrieben. Zugeschweigen der Breßl. Samml. der Act. Erudit. und Eph. N. C. in welchen sehr vieles zu dieser Materie

Zeiten einem Medico den Namen eines Physici beygeleget, und die ältesten Vorsteher der Medicin, sonderlich Hippokrates, haben dißfalls unsern heutigen Physicis ansehnliche Vorschriften hinterlassen. Ein solcher Gesundheits-Rath hat nicht nur in Ansehung eines Menschen, sondern in Absicht auf ganze Städte, und deren jetzigen so wohl, als nachkommenden, Einwohner seinen wichtigen Nutzen. Ich könnte dieses mit vielen, ich will es aber mit zwey, Exempeln beweisen. Die Stadt Pesaro, in Italien, war vor diesen, wegen der vielen Sümpfe und stehenden Wässer, die folglich den Unrath auf den Gassen nicht wegführen konnten, und die Luft ansteckten, ein ungesunder Ort. Die Einwohner sturben in den besten Jahren. Lancisi, ein sehr gelehrter Leib-Medicus am päbstlichen Hofe, gab den Rath die Stadt durchaus reinigen und Schleusen anlegen zu lassen, welches auch auf Befehl des Pabsts Clemens XI. bewerkstelliget wurde. Von der Zeit an hat

terie enthalten. Was die Gesundheit besondrer Städte betrift, so haben in dieser Absicht Cagnati von Rom, Testi von Venedig, Peschard von Paris, Pousse von Versailles, Bartholin von Koppenhagen, Groenevelt von Leyden, Detharding von Rostock, Adolphi von Leipzig, Stenzel von Wittenberg, Schulze von Halle, Zeltner von Altorf, Cartheuser von Frankfurt an der Oder, Deichmann von Göttingen, Waldschmidt von Kiel, Spies von Goslar, Henrici von Hanau, und einige andere ganze Abhandlungen und Dissertationen bekannt gemacht. Zu unsrer Materie kann Adolphi Diss. de incolatus montani salubritate, Lipf. 1721. und Büchneri Diss. de exploranda locorum salubritate, Hal. 1746. gezogen werden.

hat diese Stadt gute Luft erhalten, und die Einwohner werden anjetzt weit älter, da sie vorhero kaum das 50. Jahr erreichten. Lentilius, ein gelehrter Medicus, erzehlet in seinem dritten Briefe an gedachten Lancisi, daß vor diesen bey Stuttgard an der Ring-Mauer ein Teich und Sumpf eines langen Strich Feldes weit gewesen. Dieses hätte Ursache gegeben, daß die Stadt von vielen Jahren her mit kalten Fiebern, die zwar eben keiner Seuche ähnlich, doch sehr gemein, langwierig und schwer zu vertreiben gewesen, beschweret worden. Dahero man ihnen den Namen der Stuttgardischen Fieber beygeleget. Nachdem aber dieser grosse Morast einer gewissen Absicht wegen ausgedämmet und in die schönste Wiesen verwandelt worden, so hätte man alsdenn auch wenig von diesen Fiebern gehöret, liessen auch gar nichts mehr epidemisches spüren, und wenn sie ja einen oder den andern anfielen, so wären sie doch leichter zu curiren.

Ich will noch den obigen Satz, welchen wir zum Grunde dieser Abhandlung gesetzet, mit einer vortreflichen Anmerkung des Hippokrates, welchen man wohl mit Recht den Fürsten unter den Aerzten nennet, aus s. B. de aëre, aquis et locis einigermassen erläutern. „Wir finden, sagt er, in Europa Völker, welche so wohl in Ansehung der Grösse und Gestalt, als auch einer muntren Gemüths Beschaffenheit sehr unterschieden sind. Ich habe schon oben Ursachen angeführet, die ich jetzt noch weiter entdecke. Welche nämlich in gebirgischen, rauhen, erhabnen und trocknen Gegenden wohnen, die verschiedene Witterungen haben, im Sommer

mer ausgedörret, und im Winter gedrücket, werden, sind von grosser Gestalt, hager, und haben eine Natur, die zur Arbeit und Stärke ungemein geschickt ist, sehen mehr braun, als schwarz, aus, sind munter und unverdrossen. Doch fehlet hierbey ein bescheidnes und civiles Wesen. Denn sie bleiben gerne bey ihren Sitten, Gebräuchen und Meynungen. Dabey sind sie stolz. Die aber flachliegende, grüne und warme Oerter besitzen, können wegen der warmen Winde nicht so ansehnlich noch geschlank seyn, sondern werden untersetzt, fleischigt, mit schwarzen Haaren versehen, haben mehr eine schwarzbraune Bildung, und viel Galle. Doch sind sie von Natur weder an Gemüths- noch Leibes-Kräften stark, nicht resolut, zu Künsten ungeschickt, dringen sich auch nicht zur Arbeit, sondern alles dieses muß die Erziehung ausrichten. Wenn diese Gegend Flüsse hat, welche die Sümpfe und den Regen verführen, so sehen ihre Bewohner noch munter aus, und geniessen ein ganz gesundes Leben. Wenn sie aber, aus Mangel flüssender Bäche, stilles Brunnen- und unreines Wasser trinken müssen, so ists nothwendig, daß sie über Magen- und Milz-Beschwerungen klagen. Die aber eine ebne und erhabne Gegend, wo Wind und Wasser anzutreffen, bewohnen, sind von einem ungemeinen Ansehen, und einander zieralich gleich von gesetzten und vergnügten Gemüthe. Wo die Verändrungen der Jahres-Zeiten häufig und sehr verschieden sind, daselbst wird man auch sehr verschiedene Bildungen, Gemüther und Naturen finden. Und dieses sind auch die wichtigsten Ursachen, daß sich die Naturen nach der

Gegend

Gegend und dem Wasser ändern, und die Gestalt mit den Sitten der Menschen sich gröstentheils nach Verschiedenheit der Landschafften verhalten. Ja alle übrige Dinge, welche aus der Erde herfür kommen, *) haben die Natur des Erd-Bodens an sich, woraus man alle andere Umstände schlüssen kann.„

Wir reden hier zwar nicht von der gesunden Beschaffenheit gewisser Länder und Völker, welches schon genug bekannt ist. Auch dürfen wir uns nicht mit Beschreibung eines gesunden Orts insbesondre aufhalten, welche von der Lage in einer gewissen Gegend dependiret, und die Witterungen, Winde, und Wetter-Veränderungen moderiret, über dieses so viele zufällige Eigenschaften hat, daß wir uns von dem Lande abwenden, und ganz wieder unsere Absichten handeln, würden. Wir beschreiben nur das gesunde Land nach einem gewissen Bezirk überhaupt, wornach ein jeder einen gesunden Ort insbesondre aufsuchen und beurtheilen kann. Dieses ist bey dem Rathe des Land-Lebens um deswillen nöthig, weil selbst das Land nicht überall gesund, und eine Gegend vor der andern dißfalls ihren Vorzug verdienet.

Eine gesunde Gegend des Landes ist nach Beschaffenheit der Luft, des Wassers, und der Flüsse, des Erd-Bodens und der Annehmlichkeit, zu beurtheilen. Dieses dependiret so wohl von der Lage derselben, als auch von der völligen Himmels-Gegend,

*) Genug gesagt von einem Heyden, und denenjenigen zur Ueberlegung vorgelegt, welche den redlichen Hippokrates des Atheismi beschuldigen.

gend, worunter sie stehet. Ich werde mir hier den bekannten Satz des Aristoteles: Vbi desinit Physicus, ibi incipit Medicus, Zur Regel meiner Beschreibung von dem Lande machen, und nur die gesunden Eigenschaften desselben zu bemerken suchen. Ich will von jeder etwas insbesondre gedenken, obschon mehrentheils eine mit der andern in Verwandschaft stehet.

Die Luft ist die vornehmste Eigenschaft eines gesunden Landes. Nach dieser aber müssen wir die Gesundheit des Landes selber nach gewissen Jahres-Zeiten beurtheilen. Ueberhaupt ist im Frühling in Gebirge, wegen wenigerer Ausdünstungen des Erd-Bodens, im Sommer auf der Ebene, wegen des die Hitze moderirenden Schattens, zur Herbst-Zeit in Weinbergen, wegen der allmählich weichenden Sonnen-Strahlen und gemäßigten Wärme, und im Winter zu Abhaltung strenger Winde, in Städten, besser und gesünder zu wohnen. Da von der Luft das Leben aller Geschöpfe, und sonderlich des Menschen, dependiret, so ist, nach dem Ausspruche des Lancisi, *) kein stärkrer und gewißrer Beweis von der Güte der Luft, als wenn die Einwohner eines Orts wenig Krankheiten unterworfen sind, und lange leben. In dem Königreiche Martaban, in Ost-Indien, soll wegen der gesunden Luft kein Medicus gefunden werden. In Ißland soll man wegen der unvergleichlich reinen und guten Luft wenig von Krankheiten hören, und dagegen alte Leute von 90. und 100. Jahren antreffen, wie denn die Bewoh-

*) In s. Tr. de natiuis Romani coeli qualitatibus. c. 18.

Bewohner der Insel Zeylon, die man vor Alters Taprobane genennet, eben aus dieser Ursache zu 130 Jahren kommen sollen. Dahero möchte man wohl die Gegenden, welche gesunde Luft haben, eben mit dem Namen belegen, wie man, nach Columbus Bericht, die Canarischen Inseln dißfalls fortunatas genennet.

Die Beschaffenheit einer gesunden Luft aber dependiret nicht nur von der Gegend des Himmels, sondern auch von der Lage eines Orts, und der dabey befindlichen Flüsse oder umgebenden Berge. Spanien und Portugall liegen unter einem Clima. Es ist aber die Luft in dem letzten Königreich, wegen der nahliegenden See nicht so schwül, sondern temperirter, folglich ist auch hier gesünder, als in Spanien, zu leben, wie denn die Einwohner in Lissabon weit älter, als zu Madrit, werden, und sich dißfalls die Portugiesen des Sprichworts bedienen: Wem GOtt lieb habe, der habe sein Hauß zu Lissabon. Stadt und Land liegen unter einer Himmels-Gegend; wer wird aber nicht zugestehen, daß auf dem Lande die Luft anders beschaffen, als in Städten. Ebene und gebirgische Oerter grenzen mit einander, und dennoch ist die Luft in beyden sehr verschieden. Wenn eine Gegend, oder die Lage eines Orts, von Nord- und Ost-Winden frey durchstrichen werden kann, und gegen Süd- und West sicher stehet, so ist sie der guten Luft wegen gesund zu nennen. Die Natur-Forscher haben bemerket, daß die Bäume, welche auf der Seite nach Norden stehen, eine festre Schaale und stärkre Rinde, als die gegen Mittag, haben. Merkwürdig ist es auch,

daß

daß es in einem District besser wächst, als an dem andern, und an jeden Ort ein verschiednes Bier gebrauen wird. Wie aber ein jeder Bezirk, und jedes Gebiethe nach der Lage, den Bergen, und übrigen Theilen der Landschaft, verschieden ist, so ist nicht nur die Luft, sondern auch die Gesundheit der Bewohner dieser Gegenden, verschieden. In einem flach- oder im Thal liegenden Orte findet man vielmals eine Art besonderer Krankheiten und Fieber, wovon auf der nächsten erhöheten Gegend nichts zu spüren. Auf einem erhabnen Orte, wo sich das Gebirge und platte Land scheidet, kann man auf einmal verschiedene Witterungen sehen, da sich über einer Gegend Wolken aufdämmen, und über der andern der Himmel sich nur mehr erheitert, um eine kurze Gegend Wind, und in der andern sanfte Luft merket. Dieses alles verdienet in Sachen der Gesundheit gnau untersuchet zu werden.

Was wir hier noch nicht berühret haben, wird in künftigen sich weiter erklären. Denn eine Eigenschaft des gesunden Landes begleitet die andere. Wo gute Luft anzutreffen ist, da findet man auch gemeiniglich gutes Wasser. Da dieses in erhabenen Gegenden aus Bergen und Felsen erquellet, so entspringen auch dabey flüssende und laufende Bäche, die gar vieles zur Gesundheit des Landes verhelfen. Es ist mehr als zu sehr bekannt, daß das Wasser in platten Lande durch Zieh-Brunnen muß erschöpfet werden, in deren Gegenden entweder gar keine, oder stille, Bäche und Seen stehen. Da das Wasser aus quellenden Börnern, oder leitenden Röhren, wegen seiner Bewegung und Kraft frischer, und

reiner ist, so geniessen die Einwohner dieser Oerter auch ein gesundes Leben, wovon die besondern Arten der Krankheiten in flachen Lande den stärksten Beweis aus dem Gegentheil geben, und zugleich die Güte eines gesunden Wassers erheben. Ueberdieses haben laufende Bäche bey Versorgung, oder dem Begleiten eines guten Wassers, noch diesen besondren Nutzen, daß sie mit ihren unaufhörlichen Rauschen und Wallen die Atmosphaere befeuchten und in kräftiger Bewegung erhalten, dahero auch in der grösten Hitze frische Luft an Flüssen zu schöpfen ist. Es ersetzen zwar dieses in einer andern Gegend einigermassen die vielen Bäume, oder angrenzenden Wälder, worzu man nicht unrecht die Wind-Mühlen rechnen könnte, weil die Luft bey denselben so kräftig und mächtig ist, daß sie keiner, der Schaden an der Lunge hat, vertragen kann, alleine, das ist noch nicht mit dieser Wirkung rauschender Bäche, und sonderlich eines breiten und starken Strohms, in Vergleich zu setzen.

Die Beschaffenheit des Erd-Bodens lässet gleichfalls von den Eigenschaften des gesunden Landes urtheilen. Wenn sie sich mit einer ausnehmenden Fruchtbarkeit zeiget, so schlüsset sie zugleich eine Menge der schönsten Früchte, Kräuter, Blumen, und Pflanzen in sich, welche nicht nur mit ihren heilsamen Kräften, sondern auch stärkenden Ausdünstungen, so die Luft bereichern, der Gesundheit ungemein zu statten kommen. Man könnte die gesunde Beschaffenheit eines Landes aus diesem Grunde beynahe allein herleiten, wie denn in der gesunden Gegenden um Granada in Spanien die

vortreflichsten Gewächse gefunden werden sollen. Wenn Wilhelm Piso, ein holländischer Medicus, in s. Hist. nat. et med. Brasil. das gesunde Land Brasilien in America beschreibet, so richtet er sich nach dem Ueberfluß so vieler kräftiger Kräuter und Wurzeln, nach der Menge von Oel und Honig, und allerhand balsamischen Säften. Sollte denn das Land nicht gesund seyn, welches so vortrefliche Gesundheits-Mittel in sich fasset? Die Insel Mascaregne, in Africa, die neben der grossen Insel Madagascar gegen Osten liegt, welche die Franzosen Bourbon, wegen ihrer ungemeinen Fruchtbarkeit aber hernach Eden, genennet, hat zugleich das Zeugniß einer so grossen Gesundheit, daß ein Kranker, so bald er auf diesen Ort kommen soll, auch gleich curiret werde.

Die Oerter aber, welche in feuchten Terrain, oder Morast, liegen, Sümpfe und Seen um sich haben, sind, wie bekannt, nicht so fruchtbar, und noch vielweniger gesund, welches diejenigen, so an See-Küsten wohnen, mit ihren jährlichen epidemischen Krankheiten bezeugen. Ja diese Ausdünstungen in dergleichen Gegenden sind noch schädlicher, als die See-Dünste selbst, wie man den Unterschied der Gesundheit an den See-Fahrern soll spühren. Wenn eine Gegend nur einen stark laufenden Fluß in sich hat, obschon der Erd-Boden nicht so fruchtbar seyn sollte, so ist dieses doch eher eine Eigenschaft ihrer gesunden Beschaffenheit, wie denn auch dißfalls weit gesünder am Meere, als an See-Küsten, zu wohnen. Weit schädlicher ist es, wenn dergleichen sumpfigter Boden öfters mit Wasser überschwem-

met

met wird, so gemeiniglich auf dem Erd-Reich stehen bleibet. Dahero hat der berühmte Hofmann mit Grunde bemerket, daß die Einwohner im Hollsteinischen, sonderlich zu Ditmarsen, weil die See öfters auszutreten und das ohnedem schlamme Feld einzunehmen pflegt, allerhand Fleck- und andere giftige Fieber, überhaupt aber ein kurzes Alter, erwarten.

Die Fruchtbarkeit einer Gegend verbindet sich noch mit einer besondren Annehmlichkeit, welche, wenn man sie auch alleine betrachtet, eine Eigenschaft des gesunden Landes wird. Nenne ich das Land, so nenne ich einen Inbegriff aller natürlichen Annehmlichkeiten. Ich weiß zwar nicht, wo es einem und dem andern auf dem Lande am besten gefällt. Den angenehmsten Ort aber auf dem Lande muß ich in einer erhabnen Gegend suchen, und da sind alle andere gute Eigenschaften des gesunden Landes, gute Luft, frisches Wasser, und fruchtbarer Boden, zu finden. Ein solcher Ort umschlüsset die schönsten Prospecte, und grenzet mit den anmuthigsten Auen, oder auch ruhigen Thälern, welche gemeiniglich mit flüssenden Bächen vergnüget seyn, und ihren benachbarten Oertern eine desto gesündre Luft gönnen. Denn wo ein Thal ist, sind auch Berge, diese mäßigen zugleich durch das Anprallen der Luft die Hitze und Wärme, denn es ist allemal auf Bergen kühler, als in ebnen Lande, und werfen dagegen die zurückfallenden Sonnen-Strahlen desto stärker in den Thal und die Tiefe, welche wiedrum die von rauschenden Bächen erfrischte Luft auf eine sanfte Weise moderiren. Einen solchen

chen Thal müssen wir auch gesund bestimmen. Diese Güte vermisset das hohe Gebirge, welche zwar einigermassen die vielen und grossen Wälder ersetzen, inzwischen ist, in Ansehung dieser Luft, der Winde, Witterungen, Wässer, und des Erd-Bodens unter einer gesunden Gegend auf dem Gebirge und in flachen Lande ein sehr grosser Unterscheid. Weil die Luft die vornehmste Eigenschaft einer gesunden Landschaft ist, so wollen wir nur bey dieser stehen bleiben, weil die anderen von sich selber in die Sinne fallen. Wir haben dieses um desto nöthiger, da die Aerzte in einigen Krankheiten gebirgische Luft rathen.

Es ist an dem, das Gebirge behält darinnen den Vorzug, daß es seine Einwohner mit dauerhafter Gesundheit und guten Alter erfreuet. So wird man auch in keinen Geschichten finden, daß die Pest, oder ansteckende Krankheiten, ursprünglich daselbst graßiret. Avicenna, ein alter Araber, hat schon verstanden, daß die stärksten und gesündesten Leute im Gebirge zu suchen, und Plato hat gar wohl bemerket, daß die Bewohner auf Bergstrichen und in den höchsten Städten weit älter würden. Wir dürften dißfalls nicht den Plinius zum Zeugen anführen, welcher versichert, daß die Leute in Lydien auf dem Berge Tmolus zu 150. Jahren gelanget. Auch könnten wir von dem Apennenischen Gebirge in Italien, von dem Gebirge Athos in Macedonien, von dem Alpen-Gebirge in der Schweitz, schweigen, welche überall alte Leute aufweisen, wenn wir nur die Bewohner des Königreichs Böhmen, die Schlesier am Riesen-Gebirge, die Thüringer und

Bewohner des Schwarz-Waldes, desgleichen die Voigtländer, zu Exempeln anführeten. Inzwischen ist es wohl eine ausgemachte Sache, wer im Gebirge alt werden will, muß auch im Gebirge erzogen seyn. Diese Luft bekommt nicht einmal allen Gesunden, und in gewissen eingewurzelten Krankheiten, als der Schwindsucht, Hectick, und Engbrüstigkeit, würde man sie mit keinem guten Erfolg rathen. Unterdessen kann sie einigen Gesunden zur Veränderung, und zu dem grösten Nutzen der Befestigung ihrer Gesundheit, dienen, wenn man nur nach seinen Umständen dergleichen Luft brauchet, welche ich jetzo beschreibe. Die Luft im Gebirge ist wegen der vielen Winde und des dürren Erd-Bodens kräftig und trocken. Dieses wird um desto stärker, wenn sie an grosse Berge und Felsen stößt, deren Rückprall die Kraft verdoppelt. Wenn grosse Wälder einen gebirgischen Ort umgeben, so ist die Luft mehr dicker und schwer, als kräftig, und erfordert zu ihren Wiederstand eine ungemeine Arbeit, wozu die Leute im Gebirge von Jugend an gewöhnet. Gebirgische Luft dienet zur notablesten Veränderung, wovon wir etwas in folgenden gedenken wollen. Merkwürdig ist es, daß Leute aus entlegenen flachen Gegenden ins Gebirge gezogen, der Luft und Lebens-Art gewohnet, und vor den Einwohnern, die sie verlassen, weit älter worden, daß sie hernach von Leuten in ihren Jahren wiedrum daselbst niemand angetroffen. Boerhaave erzehlet, daß ein gewisser Holländer auf einer hohen Gegend des Vorgebirges der guten Hoffnung sich ein Haus erbauet,

erbauet, und die ganze Schiff-Compagnie überlebet habe, daß sich niemand mehr auf ihn besinnen können.

Aus allen diesen beyfälligen Gedanken von den Eigenschaften gesunder Landschaften überhaupt kann man zu einem hinlänglichen Begriff von einer gesunden Gegend auf dem Lande einigermassen geleitet werden. Ich bin nicht im Stande, die Glückseeligkeit eines gesunden Districts sattsam zu rühmen, vielweniger alle gute Eigenschaften, und den Nutzen, welchen Menschen und Vieh geniessen, zu beschreiben. Nur hat der Mensch dieses voraus, daß ihm die natürliche Beschaffenheit des Landes zu einem innigsten Vergnügen, und dieses wiedrum ein ungemeines Gesundheits-Mittel, wird. Da die Gesundheit das Kleinod ist, welches den Mangel unterirrdischer Schätze noch einigen Theils ersetzet. Sollte man nicht die natürliche Vergnügung und Gesundheit, so auf dem Lande wohnen, und stets einander begleiten, desto stärker loben? Wo die Gesundheit ist, da ist auch Annehmlichkeit, und wo diese fehlet, muß jene nothwendig weichen. Wird diese verderbet, so wird jene zugleich verletzet. Beyde beschützet das gesunde Land-Leben.

Es bleibet denen Alten zum ewigen Lobe, daß sie bey Anlegung der Städte so wohl auf ein gutes Wasser, als ein zum Leben der Menschen und Thiere unentbehrliches Element, als auch, zur Gesundheit der Städte, auf Flüsse und Bäche, gesehen haben. Wir finden vieles bey den ältesten Aerzten und Geschicht-Schreibern, womit wir nur in dieser Absicht sehr weitläuftig seyn könnten. Nur kann ich den Ruhm nicht verschweigen, welchen un-

sere Vorfahren verdienen, daß sie auch in Ansehung der Häuser, welche die Stadt ausmachen, die Gesundheit nicht vergessen, welche heutiges Tages die Interesse nach dem Lande verwiesen. Wir sind so undankbar gegen die Luft, ohne welcher wir doch nicht einen Augenblick leben können, und wenn wir sie verderben, so muß sie wohl wieder die Gesundheit, und folglich das Leben, verderben. Wir werden gewahr, daß die meisten Städte gegen Morgen angebauet sind, nicht ohne Ursache, damit sie desto mehr der besten Luft geniessen mögen. Selbst der in unendlicher Glorie prangende Schöpfer, welcher sich niemals an sein Geschöpfe, die Natur, zu binden pflegt, beliebte den Garten in Eden gegen Morgen zu pflanzen, und es ist höchstwahrscheinlich, daß derselbe in einem fallenden Thal gelegen, weil ein Strom ausgieng den Garten zu wässern, und sich darinnen in vier Haupt-Wässer theilete. Dieses muß wohl der gesündeste Ort gewesen seyn, welcher den natürlichen Zustand der ersten Menschen unverletzt verwahren sollte. Die neuesten Reise-Beschreibungen versichern, daß die Gegend von Babylon und Mesopotamien, worinnen, nach Muthmassung der Gelehrten, das Paradies gestanden, noch einen Sammelplatz der Annehmlichkeiten und einen Sitz der Gesundheit zeigte. Eine Aehnlichkeit dieser angenehmsten und gesündesten Gegend müssen die Landschaften um Sodom gehabt haben, weil nicht nur das Lust-Thal Siddim und das Feld Königs-Thal, sondern auch Berge, auf deren einem sich Loth erretten sollte, benennet werden, da zwischen den Bergen und Thälern die sanf-

tigsten

tigsten Lüfte gewehet und aus der Höhe der Thäler die fruchtbarsten Wässer entsprungen, denn sie waren wasserreich, und wie ein Garten des HErrn. Ob die Bewohner dieser Gegenden ihre Sinnen zu heftig von der Annehmlichkeit einnehmen lassen, daß sie nicht wenig zu den unnatürlichsten Wollüsten beygetragen? ist eine Meynung, die aber nicht gänzlich zu verwerfen. Der schönste und gesünde-Ort in der Welt soll Egypten-Land seyn. Das erste beweiset dessen ungemeine Fruchtbarkeit, das andre die gleiche Witterung, die sich in einem Jahr nur zweymal ändert. Und wenn Moses denen Israeliten das gelobte Land beschreibet, so nennet er lauter gesunde Eigenschaften: Ein Land, da Milch und Honig fleußt, da Bäche, Brunnen, und Seen inne sind, die an den Bergen und Auen flüssen.

Ein gutes Land träget zwar gute Lebens-Mittel, welche aber auch unentbehrliche Gesundheits-Mittel sind. Ist das Leben verletzet, so kann ein solches Gesundheits-Mittel wiedrum ein Genes- und Lebens-Mittel werden. Weitzen, Korn, Gerste, Haber, vielerley Früchte, und Gewächse erhalten denen Gesunden das natürliche Leben. Wem sollte aber unbekannt seyn, daß daraus wiedrum die grösten Arztney-Mittel werden? Dahero müssen wir auch das Land denen Kranken als gesund anpreisen, und diese Heils-Mittel, ehe wir die Curen selbst beschreiben, zuvor anzeigen.

Die Luft, als die erste Eigenschaft des gesunden Landes, erweiset auch in Ansehung ihrer Verändrung die vornehmste Kraft zu Curen wichtiger Krankhei-

 ten

ten. Ich will mich zwar bey allen deren Beschreibungen so verhalten, daß auch Gesunde etwas zu ihren Leben daraus können nehmen. Wer sich vornämlich der Verändrung der Luft, als einem Cur-Mittel, bedienen will, der muß auch, so viel möglich, einen guten Ort erwählen. Diesen beschreibet ein ehemaliger geschickter Medicus zu Florenz, Joh. Baptista Donio:*) „Es ist besonders merkwürdig, daß diejenigen Oerter die beste Luft haben, und folglich die gesündesten sind, welche zwar in Vergleich der umherliegenden Landschaften hoch und erhaben, nicht aber auf jähen Bergen, welche gemeiniglich sehr kalt befunden werden, angebauet. Am besten ist es, wenn sich die Gegend unvermerkt erhöhet, als in Italien die Landschaft Umbrien, wo die Stadt Spoleto liegt, allda auch verschiedene Flüsse entspringen, welche ihren Lauf nach vielen Gegenden nehmen. In dieser Landschaft sind auch die gesündesten und ältesten Leute von ganz Italien.„ Diese Güte der Luft finden wir in unserm geseegneten Lande an sehr vielen Orten, sonderlich auf den sudetischen Gebirge und denen angrenzenden Gegenden, und man könnte es ebenfalls, wie Donio beweisen, wenn es nicht eine allgemein bekannte Sache wäre. Die Ursache aber von der Gesundheit anhöhender Gegenden bestehet darinnen, daß die Luft theils von den vielen Erd-Dünsten nicht so beschweret wird, denn je näher die Luft dem Erd-Reich kömmt, je schwerer sie ist, theils kann sie die Wirkung der Winde besser geniessen, welche die Luft

bestän-

*) In s. S. de restituenda salubritate agri romani. Flor. 1667.

beständig reinigen. Auf bergigten Gegenden und Weinbergen, je höher sie steigen, um so viel kräftiger ist die Luft. Man muß sich wundern, daß schwache, alte und kranke Leute in Spanien, der guten Luft wegen, nach Brasilien reisen, wie Piso, den ich kurz zuvor angeführet, berichtet, und uns von dem vortreflichen Nutzen der Gesundheit so feste versichert. Und so ist es ebenfalls mit dem Wasser beschaffen, welches aus solchen Anhöhen, wo gute Luft ist, am besten entspringet, wovon ich bey der Wasser-Cur ein mehreres gedenken werde. Wer die Kraft des Wassers in gesunden Tagen noch schätzen wollte, würde vielmals dasselbe, und andere Mittel, in Krankheiten ersparen.

Ein fruchtbarer Erdboden giebt auch kräftige Weyde. Diese Kraft geniessen wir vermittelst der Thiere, welche ihre Milch nicht nur zum Leben, sondern auch zur Gesundheit, hergeben, womit in Krankheiten grosse Curen verrichtet werden. Zu geschweigen, wie viel die Güte aller Gewächse und Land-Speisen mit den Getränken verletzten Gesundheiten zu statten komme. Ja zu geschweigen, was vor eine Menge der heilsamsten Kräuter und Pflanzen ihre besonderen Kräfte beweisen. Ein geringes Kräutlein stehet nicht nur da zum Lobe des Schöpfers, sondern vertheidiget vielmals die Ehre des Arztes.

Die Annehmlichkeit des Landes zeiget die besten Bequemlichkeiten zu Motionen, und, in Ansehung dieses, wird sie erst recht zur gesunden Eigenschaft des Landes. Wie die Motion in gesunden Tagen überhaupt, und in vielen Krankheiten, kräftiger, als

Trink-Gold und Balsame aus Orient, sey, denken wir noch weiter zu erweisen. Zudem trennet sich niemals eine gute Eigenschaft des gesunden Landes von der andern, die Gesundheit nur desto eher zu verschaffen. Wer wird die Wichtigkeit aller dieser Curen nicht bemerken können, und wie sollte man das Land anders, als gesund, anpreisen?

Von der Luft.

Wir dürfen uns hier in keine weitläuftige physicalische Untersuchung der Luft einlassen, welches schon die grösten Natur-Kündiger, Neuton, Boyle, Hales, Toricelli, Muschenbroeck, Wolf, und viele andere, gethan. Vielweniger werden wir uns um den Aether, oder den subtilsten Theil der Luft, welcher in allen Körpern, und der Atmosphäre selbst als ein Element ist, mit vielen Experimenten bekümmern. Es ist zu wissen, daß die Aerzte eine besondere Luft haben, doch muß sie ohne Wind seyn, oder in so weit davon handeln, was die Luft zur Gesundheit des Menschen beytrage; Und diese verdienet auch in der That den Namen einer besondren Luft. Wir nennen denjenigen Dunst-Kreis, oder die Atmosphäre, *) in und von welcher

*) Die Engelländer, Boyle, Wintringham, Arbuthnot, die Franzosen, Boyer, und de Pebrandie, der Holländer Sengverdius, und der berühmte Prof. Bökler in Straßburg, haben hiervon auserlesene Anmerkungen an Tag gegeben, deren Schriften theils in d. Act. Erud. recensiret, theils den Gelehrten sonst bekannt sind, und alle anzuführen, unserm Zweck

cher wir leben. Das ist die Luft, welche den ganzen Erd-Ball umstreichet, dessen Dünste in sich nimmt, und ohngefehr nach Untersuchung der Natur-Forscher 4. Meilen hoch steiget. In Ansehung des äthereischen Theils der Luft dependiret davon die Gesundheit des Landes. In Absicht aber der Atmosphäre, verhält sich gesunde Luft nach der Beschaffenheit des Landes. Da das Land überall sehr verschieden ist, so ist folglich auch die Luft verschieden. Jeder Bezirk, jeder Ort, ja jeder Mensch, jedes Thier, und jede Pflanze, hat seine besondre Atmosphäre, wie die scharfsinnigsten Männer erwiesen, wovon sich das Leben, und von diesem die Gesundheit, erhält. Wir wollen zwar nicht so weit gehen, weil es uns unsre Absicht selbst nicht vorschreibet, und also nur 1) von der Wirkung der Luft in unserm Körper überhaupt, 2) von dem Unterschied der Stadt- und Land-Luft, und 3) von der Verschiedenheit der Luft auf dem Lande selber, etwas abhandeln.

Diejenigen, so in guter Luft leben, sollen weit lebhafter von Farbe, und von größrer Stärke der Sinnen seyn, wie Palladius behauptet. Ob die Einwohner zu Montpellier wegen der guten Luft sehr freundlich sind? wie ehedessen Meursius die Scharfsinnigkeit der Bürger zu Athen daher leiten wollen, können wir andern zur Untersuchung überlassen. Das ist gewiß, die Aerzte in der Provinz Languedock haben, der guten Luft wegen, ihren Haupt-Sitz daselbst erwählet. Viele Gelehrte haben die Ursache, warum

Zweck zu Folge, nicht gehören. Anzumerken verdienen Ioh. Huxham Obs. de aëre et morbis epidemicis etc. Lond. 1739.

um die Menschen vor der Sünd-Fluth ein so hohes Alter erreichet, vornämlich der Luft zugeschrieben, welche anjetzo, da wir gleichsam, nach des Engelländers Schuckford Redens-Art, in eine andre Welt versetzet worden, sich ganz und gar verändert hat, wie denn Burnet in s. Theoria telluris sacra statuiren will, daß der Erd-Boden vorhero allenthalben gleich eben, mit einer gleichen Jahrs-Zeit und stets anhaltender heitrer Witterung umgeben gewesen, welches sehr nach der Einbildung schmecket. *) Jeder wird an sich befinden, daß bey guter Luft das Gemüthe weit aufgeklärter, und der Körper gesünder, ist, wovon freylich das Leben dependiret. Merkwürdig ist, daß viele in keiner andern Luft vor Angst leben können, als wo sie gebohren worden, wie sonderlich das Heim-Weh einiger Schweitzer im Grau-Bünder-Land bekannt ist, wovon der berühmte Scheuchzer und Prof. Harder besondere Dissertationen geschrieben. So viel aber, als gute Luft zum Leben und zur Gesundheit dienen muß, so viel kann sie auch in Gegentheil, wenn sie ihre gute Eigenschaften verliehret, schaden.

Die Luft ist ein unsichtiger, kräftiger, oder elastischer, Körper. Da es ein Körper ist, hat sie auch ihre gewisse Schwere. Alle Dinge, die da leben und wachsen, haben ihre Kraft zur Bewegung von der Luft. Sie ist das flüßigste Element und zu unsrem Leben und der Gesundheit unentbehrlich. Der Mensch kann noch einige Zeit ohne Speis und Trank, aber nicht einen Augenblick ohne Luft, leben. Sie

wirket

*) Das Gegentheil erhellet einigermassen aus vorstehender Beschreibung einer gesunden Landes-Gegend.

wirket theils innerlich, theils äusserlich, in unserm Körper. Das Blut würde nicht aus der rechten Herzens-Kammer durch die Lungen-Puls-Ader hinauf in die Lunge, und durch die Lungen-Blut-Ader wieder zurücke in die linke Herzens-Kammer, und aus dieser durch die grosse Puls-Ader und derselben Zweige zu allen Theilen des Leibes, verführet werden können, mithin müste die ganze Oeconomie des Körpers stehen bleiben, wenn nicht die Luft unter dem Einathmen durch den Mund, Nase, und Luft-Röhre mit ihren elastischen und oscillatorischen Theilen die Lunge einnähme, ausdehnte und durch ihren Wiederstand die Gewalt der Lungen selbst verstärkte. Ferner würde das Blut gar bald geliefern, und der Kreis-Lauf desselben auf einmal gehemmet werden, wenn nicht der aetherische Theil der Luft in das Geblüte dränge, und dessen natürliche Wärme unterhielte. Dahero haben die Alten die Luft die verborgne Nahrung der Lebens-Geister genennet, und der berühmte ehemalige Prof. Lange in Leipzig, kann in einer gewissen Diss. wegen des vielfältigen und unentbehrlichen Nutzens der Luft zu dem Leben des Menschen demselben keinen bessern Namen, als eines Arometers beylegen. Noch weiter ziehen wir Luft mit den Speisen und Geträńken, desgleichen dem Speichel, in uns, welche denn die Verändrung derselben in dem Munde, Magen, und Gedärmen befördert, und ihre Wirkung in allen deren Verrichtungen zeiget, sonderlich die Säfte in einer proportionirten Flüßigkeit erhält, und dieselben nebst dem Blute begeistert. Von aussen wirket die Luft auf die ganze Ober-Fläche des Körpers und wieder-

stehet

stehet der Kraft der innern Luft, welche sonst alles verzehren würde, durch ihre Schwere. Hätte sie diese Eigenschaft nicht, so würden diejenigen, welche das nicht glauben, weil sie die Luft nicht an der Elle abmessen können, sich gar bald zu todte schwitzen müssen. Dahero befördert und moderiret sie die unmerkbare Ausdünstung, worinnen der gröste Theil von der gesunden Beschaffenheit des Menschen bestehet.

Diese Eigenschaften und Wirkungen behält die Luft, wenn sie rein, heiter, und temperiret, ist. Dagegen, wenn sie entweder zu heiß, zu kalt, zu trocken, feuchte, und mit schädlichen Dünsten angestecket, ist, kann sie der Gesundheit noch mehr schaden, als sie ihr sonst Nutzen verschaffet. Die gröste Eigenschaft der Luft zur Gesundheit, bestehet überdieses darinnen, wenn sie ihre Gleichheit behält, oder öfters durch mäßiges Verliehren ihres Gleich-Gewichts einen sanften Wind erwecket. Den Nutzen von dem erstern finden wir bey denen, welche, ob sie schon in einer feuchten oder dürren Gegend wohnen, wegen der wenigen Luft-Verändrung dennoch gesund leben. Das letztere finden wir in gebirgischen und erhabnen Gegenden, wo ein mehreres Säuseln der Winde, als in der Ebene, regieret. Wird sie aber geschwinde und durch die Winde verändert, wenn z. E. auf warme Tage so gleich feuchtes Wetter, oder auf dieses grosse Hitze, folget, so verursachet sie die wichtigsten Krankheiten.

Es ist bekannt, daß die Luft nach den 4. Haupt-Gegenden und Jahres-Zeiten, nach dem Wetter-Verändrungen, nach Beschaffenheit einer Gegend,

und

und Ortes insbesondre verschieden ist. Von Mittage ist sie warm und feuchte, von Abend kalt und feuchte, von Mitternacht kalt und trocken, von Morgen aber warm und trocken. Man hält dafür, daß die Morgen- und Mitternachts-Luft am zuträglichsten sey, und immer den Schaden, welcher aus den ersteren Arten der Luft so wohl nothwendig- als zufälliger-Weise entstehet, verbessre. Im Frühling ist die Luft mit den meisten Dünsten angefüllt. Im Sommer ist sie dinne, warm, und staubigt. Im Herbst windig, neblich und feuchte. Im Winter, kalt, dicke, und feuchte. Dahero hat man das Ende des Frühlings und den Anfang des Herbsts vor die gesündeste Zeit gehalten, weil die Luft daselbst am temperirtesten ist. Es dependiret aber ein grosses Theil hiervon von der Beschaffenheit des Landes. Wind und Regen verbessern die Luft, können sie aber auch verderben. Die Gegend liegt recht gesund, welche von Ost- und Nord-Winden recht durchstrichen werden kann, wo auch gemeiniglich gute Luft anzutreffen. Können diese Winde aber wegen grosser Gebirge auf der Mitternachts-Seite ihre heilsamen Wirkungen nicht spüren lassen, so wird die Luft pestilentialisch und verursachet die giftigsten Krankheiten, daher auch dißfalls eine Art von der Pest jährlich zu Genua grassiret. Ein guter Vortheil zur gesunden Luft ist es, wenn man seine Sommer-Wohnungen gegen Mitternacht, und die Winter-Zimmer der Morgen-Seite zu haben kann. In Ansehung des Orts ist die Luft hauptsächlich in Städten und auf dem Lande unterschieden. Die Sache verdienet es, den

Unterschied derselben gnau zu erkennen, und damit einen Eingang zu einer wichtigen Materie in folgenden Abschnitte zu machen. „In volkreichen Städten, so bezeiget der gelehrte Hof-Rath Platner in d. Tr. ist die Luft faul und mit vielen Dünsten angefüllt, woraus denn die meisten und giftigsten Krankheiten entstehen, ja öfters grosse Städte in kurzer Zeit aussterben. Dagegen ist die Luft auf dem Lande und im Gebirge so heilsam, daß nur durch deren Hülfe oftmals grosse und desperate Krankheiten gehoben werden.„ Sollte dieses keine Untersuchung verdienen?

Wenn man bedenket, was in der Stadt von so viel tausend Menschen vor Ausdünstungen geschehen; was die Luft nicht von dem Schlamm und Unrath der Gassen in sich nimmt; wie sich die Luft mit so vielen Dünsten aus so verschiedenen Werkstätten, mit so viel Rauch und Dampf aus Häusern, vermenget; so kann man leicht den Unterschied der Luft in Städten und auf dem Lande erkennen. Will man ihn aber sehen, so darf man nur nach dem Morgen bey dem Sommer-Wetter aus der Stadt auf einem erhabnen Hügel gehen. Wir gestehen und loben die vortreflichen Anstalten, welche man dißfalls nach dem Vorgange der Römer mit Schleusen und öftrer Reinigung der Gassen getroffen. Wir versprechen uns grosse Vortheile der guten Luft, wenn die Häuser und Zimmer reinlich gehalten werden. Es langet aber noch nicht zu die Güte der Luft, wie auf dem Lande, zu erhalten; vornämlich zwoer Haupt-Ursachen halber. 1) Ist das Land frey, und die Luft kann ohngehindert

durch die Winde beständig rein und kräftig erhalten werden, welches die hohen Gebäude in Städten verhindern. 2) Kann die Luft auf dem Lande die heilsamsten Ausdünstungen des Erd-Reichs in sich fassen, welches in Städten wegen der gepflasterten Strassen nicht angehet. Da auf dem Lande nach einem sanften Regen der Erd-Boden ungemein erquicket und die Luft erfrischet wird, so hat im Gegentheil der Regen in Städten diesen Schaden, daß die trockenen Unreinigkeiten auf den Gassen, und unter dem Pflaster von neuen aufgelöset und die Luft damit voll gemacht, verdicket, und angestecket, wird. Und folglich mangelt der Stadt-Luft das gesunde und so heilsame Luft-Salz, oder der Niter, welches durch die reinen und kräftigen Ausdünstungen auf dem Lande in dieser Luft erzeuget und concentriret wird, worinnen hauptsächlich die Gesundheit der Luft bestehet. Daß in der Luft ein Salz sey, wusten schon die Alten, und wer es von den Neuern nicht glauben will, dem kann man es mit einem kleinen Experiment vor Augen zeigen. Ob aus diesem Salze der Stein der Weisen komme? weiß ich nicht, weil ich ihn nicht besitze. Wollte aber jemand denselben aus der Luft fangen, der müßte sich nothwendig aufs Land wenden. Nur wünsche ich, daß er einen Stein, und nicht Luft, erhalte. Die grösten Aerzte haben die meisten Krankheiten in Städten von der Luft hergeleitet. Wie gerne möchte man auch die Galanterie-Krankheiten der Luft zuschreiben? Es scheinet eine sehr subtile Frage zu seyn, welche der gründlich gelehrte Lancisi aufgeworfen: Ob es zur Gesundheit besser sey, wenn

die Gassen mit Ziegel- oder Kiesel-Steinen gepflastert? und dennoch hat er verschiedenes dabey erinnert. Da das Leben seine Kraft am meisten von guter Luft zu erhalten hat, so könnte man untersuchen: ob und wie der Mangel einer gesunden Luft in Städten könne einigermassen ersetzet werden?

Es ist selbst unter der Land-Luft ein grosser Unterscheid, da sie nach Beschaffenheit des Orts entweder trocken, als die Feld-Luft, oder feuchte, als die Luft auf dem Wasser, ist. Auf frisch geruhrten Aeckern hat die Luft etwas ungemein kräftiges in sich, und ist weder zu trocken, noch zu feuchte. In Auen ist sie gesünder, als in Wiesen, weil sie hier viele Feuchtigkeit von den Sümpfen in sich zieht, dahero diejenigen, welche sonderlich bey grosser Hitze Gras allda mähen, gemeiniglich über Schnupfen und Kopf-Schmerz zu klagen pflegen. In Thälern ist die Luft ruhiger, als auf Bergen, und allemal an flüssenden Wässern kräftiger, als in Wäldern und Heiden, welche, nach Beschaffenheit derselben, dicke und schwer ist. In Eichen-Wäldern ist sie am kräftigsten. In Tannen- und Birken-Büschen mit verschiedenen harzigten und balsamischen Theilgen erfüllet, welche eine nicht geringe Kraft in verletzten Lungen-Gefässen zur Heilung erweisen. Gebirgische Luft ist rein und trocken, und greift den Körper, welcher sie nicht gewohnt ist, also an, daß man sie nicht unrecht rauh nennet. Der Schatten ist eine Zuflucht vor der Hitze, und unter Bäumen kräftiger, als in kühlen Hütten. Wer in einer Gegend von einer Stunde verschiedne Luft bemerken will, der darf nur von der Königlichen Residenz

ins

ins Freye, im Plauischen Grund, auf einer Anhöhe, und an die Elbe, gehen, so wird er überall den Unterschied der Luft bezeugen müssen. Vornämlich kommt es auf die Zeit an, wenn die beste Luft auf dem Lande an einem gewissen Ort anzutreffen? Ueberhaupt ist die beste Luft im Frühling auf erhabnen Gegenden, im Sommer in Gärten, und zur Herbst-Zeit auf Weinbergen, wo sie überall zu der Zeit temperiret ist, zu geniessen. Insbesondre ist die Mayen-Luft sehr kräftig, weil dieser Monat weder zu kalt, noch zu warm, und die Luft mit so mancherley Ausdünstungen von Blumen, Kräutern, Pflanzen, und sonderlich der Baum-Bluth, begeistert wird. Ganz eigentlich aber verdienet die Morgen-Luft nach gefallnen Thau wegen ihrer kühlenden und stärkenden Kraft den Vorzug vor allen, wie es denn überhaupt besser ist, sich an frische Luft zu gewöhnen, nach dem Beyfall des berühmten Hofmanns, welcher dieses in s. Med. rat. syst. P. I. folgender massen erläutert: „Die nordischen Völker, welche der kalten Luft gewohnt sind, haben mehr Kräfte und Stärke, und sind von weit beßrer Dauer, als diejenigen, so unter einem warmen Clima wohnen. Denn die grosse Hitze verzehret die Säfte des Leibes, und nimmt die Kräfte durch eine ausernatürliche Verstärkung der Transpiration über die Massen mit. Es ist ein sehr gemeiner, aber ungemein schädlicher, Fehler, daß Kinder in der Jugend vor den geringsten Lüftgen verwahret werden, da sie alsdenn kaum ohne Nachtheil unter freyen Himmel gehen, oder vielweniger einige Kälte, die ihnen doch zur Gesundheit weit besser bekommt,

kommt, ausstehen können." Es ist von dem König in Frankreich Heinrich den IV. bekannt, daß er in der Jugend auf dem Lande und nach der Lebens-Art desselben, erzogen, und alsdenn zu einem großmächtigen Krieges-Helden recht dauerhaftig worden. Kühle Luft erfrischet den Körper. Das wissen die grossen Herren in Italien, welche sich beständig des Wedelns in Zimmern bedienen lassen, wie man denn überhaupt in diesen Ländern von dem angenehmen Sommer das Sprüch-Wort zu brauchen pflegt: quanto piu caldo, tanto piu sano.

Von
Verändrung der Luft
in langwierigen Krankheiten.

In dem ganzen practischen Theil der Arztney-Kunst habe ich keine Materie vor wichtiger und schwerer gehalten, als die gegenwärtige. Wenn man bedenket, was die Luft vor eine unentbehrliche Wirkung in unserm Körper habe; was die Verändrung der Luft in gesunden Tagen schon ausrichte; und daß es nicht alleine mir, sondern auch den ältesten Practicis zu unsern Zeiten, wo die vorgefaßten Meynungen von der absoluten Kraft der Arztneyen und der Schlendrian unter den Aerzten so überhand genommen, an einer Menge Erfahrungen, die in dieser Sache nothwendig bemerket werden müssen, fehle; wird man mir dieses ohne Bedenken und Wiederspruch einräumen. "Dahero, so redet der grosse Baglivi, meynet man gemeiniglich, wenn Medici die Verändrung

der

der Luft in langweiligen und schweren Krankheiten anrathen, daß sie solches nicht um der Gesundheit und zur Cur einer Krankheit, sondern aus Mangel weiterer Hülfs-Mittel, thun, und nicht wissen, was sie weiter thun sollen. Nun können zwar dergleichen Consilia wohl existiren; Im übrigen bleibt es doch allemal gewiß, daß wirklich Krankheiten pur durch Verändrung der Luft curiret werden." Ich wollte aber wünschen, daß dieser grundgelehrte Medicus gegenwärtige Materie nach einem gemachten Entwurf *) völlig ausgeführet hätte, so würde ich einer Arbeit überhoben seyn, zu welcher ich meine Untüchtigkeit voraus gestehe. Da dieses aber der Kern des gesunden Land-Lebens ist, so will ich nur gegenwärtigen Versuch zur Prüfung solcher Gesundheits-Gelehrten, die mich an Gründlichkeit und Erfahrung weit übertreffen, entwerfen. Man kann mir es nicht übel auslegen, daß ich dißfalls die Zeugnisse der Alten zu meinem Beystand suche, bey welchen dieses Gesundheits- und Hülfs-Mittel mehr, als jetzo, ästimiret wurde. Zudem recommendire ich diese Abhandlung nicht den Aerzten, sondern nur denen, welche ihre Gesundheit lieben, und aus Liebe zu derselben manchmal dergleichen Schriften lesen. Dieses rechtfertiget mich auch zugleich, daß ich so viele Zeugnisse der Gesundheits-Gelehrten angeführet, weil man ja bey einem Consilio

*) De mutando aëre in longis et difficilibus morbis, vid. ei. Op. Auch hat der Chur-Maynzische Rath und Prof. in Erfurt D. Juon Joh. Stahl eine Diss. de sanitatis conseruatione et restauratione per aëris et loci mutationem, 1736. geschrieben.

auch gerne eines und des andern seine Meynung hö- ret. Endlich können natürliche Cur-Methoden bey einigen desto bessern Ingreß finden, wenn recht- schaffene Medici, deren es ja noch viele unter uns giebt, dieselben verordnen, und sich so nicht an das überflüßig gekünstelte Wesen binden würden, wenn sie nicht selbst die Patienten und andere Umstände vielmals darzu nöthigten.

Der H. Geheimde Rath Hofmann rechnet wohl mit Recht die Verändrung der Luft, so wohl die Ge- sundheit zu bewahren, als Krankheiten zu vertrei- ben, unter die Consilia der ältesten Aerzte. *) Hip- pokrates ertheilet in langwierigen Krankheiten den Rath den Ort zu verändern, und Avicenna versi- chert, daß die Verändrung eines Orts mit dem an- dern, und einer Luft mit der andern, eine Art von Curen sey. Strabo berichtet, daß die Römer zu seiner Zeit alte, unvermögende, und sieche Leute nach Neapoli bringen lassen, wo sie wieder zu neu- en Kräften gekommen. Ihre Schwindsüchtigen musten um der Gesundheit willen nach Egypten und deren Haupt-Stadt Alexandrien schiffen, wovon wir nicht nur bey den Aerzten, sondern auch vielen Geschicht-Schreibern Nachricht finden. Cicero be- richtet an einen seiner guten Freunde, den Gallus, daß er bey heftigen Leibes-Schmerzen sich auf sein Land-Gut Tusculanum begeben, wo die Verändrung des Orts nebst der Gemüths-Ruhe gar viel zur Vertreibung der Krankheit werde gethan haben, und

*) in Diss. de peregrinationibus sanitatis caussa in- stituendis. Hal. 1701. conf. et Sal. Cellarii An- tiqu. med.

und was er in s. B. de claris Orat. c. 16. geschrieben, lässet sich besser lesen, als anführen. Balbinus erzehlet in s. Misc. Hist. Reg. Boh. daß die Könige in Böhmen, wenn sie krank gewesen, sich aus Ungarn und Oesterreich nach Böhmen gewendet, und in kurzer Zeit wiedrum restituiret worden, wie dißfalls von den Kayserl. Majestäten Sigismund, Maximilianus II. Ferdinandus III. Matthia und dessen Gemahlin, Welt bekannt ist. Wenn sie sich aber bey kränklichen Wesen aus Böhmen nach Ungarn und Oesterreich, oder auch anderswohin, gewendet, so wäre daraus gemeiniglich eine tödtliche Krankheit worden. Die Spanier haben dieses unter ihren ältesten Gesetzen, daß ihre Könige den Hof und die Gegend öfters verändern, wie denn dißfalls der königliche Sitz von Toledo nach Granada, und von dar nach Madrit, welches vor die gesündeste Stadt in Spanien gehalten wird, verleget worden. Die Könige in Persien haben ehemals ihre Residenz nach den Jahres-Zeiten erwählet, und im Sommer zu Ecbatana, im Herbst zu Persepolis, im Winter zu Susa, und im Frühling zu Babylon, Hof-Stadt gehalten, welches nach jetzigen Reise-Beschreibungen gewissermassen noch beobachtet werden soll. Ja die Verändrung der Luft ist mit unter die Fürstlichen Rechte gezählet worden, daß ein Herr des Landes dißfalls seinen Sitz an einem Orte, wo er will, der Gesundheit wegen erwählen kann. vid. Stryck. de jure Principis aëreo. Dahero erinnert Boerhaave, einer der größten Aerzte in Europa, daß Fürstliche Leib-Aerzte diejenigen Oerter, welche die beste Luft haben,

ben, und folglich die gesündesten sind, im Lande aufsuchen und wissen sollen. Einen grossen Beweis von dem Nutzen der Verändrung der Luft giebet das hohe Exempel des Kaysers Karl V. welcher lange Zeit von einem Quartan Fieber beschweret gewesen, nachdem er sich aber nach Madrit begeben, wegen der daselbst befindlichen gesunden Luft in einem Tage genesen.

Aus allen diesen überflüßigen Zeugnissen kann man die Wichtigkeit und den Werth eines so natürlichen und schäzbaren Gesundheits-Mittels gnugsam erkennen. Die Verändrung der Luft wird nicht nur andern Hülfs-Mitteln in Krankheiten an die Seite, sondern noch über dieselbe, gesetzet. Galen, der mit seinem Ruhm zunächst dem Hippokrates stehet, ertheilet in gewissen Krankheiten die Verändrung der Luft als den letzten und gewissesten Rath: Wenn alle Arztney-Mittel samt der Diät nicht weiter helfen wollen, ἀποπέμψεσιν ἐς Λιβύην τὸν ἄνθρωπον, so muß man den Kranken nach Lybien bringen, weil in Africa Leute von gesunden und langen Leben sind. Mit seinen Patienten an der Lungen-Sucht machte er nicht viel Umstände, sondern schickte sie nach dem Berge Tabia, wie denn noch die Aerzte zu Neapoli, nach Baccius, des Pabsts Sixti V. Leib-Arztes, Bericht, dieses vor das letzte Refugium in der Schwind-Sucht, Blutspeyen, und dergleichen Brust-Beschwerungen, halten, daß sie der Luft und Milch-Cur wegen ihre Kranke eben nach diesem Berge weisen, wo es vielmals wegen deren Menge einer rechten Patienten-Stadt ähnlich sehen sollen. Dieses bezeuget auch ein im

vorigen Seculo florirender Italiäner, Epiph. Ferdinandi in s. Consult. und berichtet annoch, daß denen Wassersüchtigen zu Neapoli die Gegend um Pozzuolo recommendiret würde. Ich selbst, fähret er fort, lasse einige Kranke, so wohl an der Schwind- als Wasser-Sucht, wenn sie zumal vermögend sind, aus Calabrien nach Tostini, und nicht ohne sonderlichen Nutzen, reisen.

Ich habe in vorhergehenden Abtheilungen den unentbehrlichen Nutzen der Luft überhaupt angezeiget, und den Unterschied der Stadt- und Land-Luft einigermassen erkläret. In der Beschreibung einer gesunden Landschaft habe ich von der Luft mehr physice geredet. In dem Abschnitte von der Luft selber liesse ich mir angelegen seyn, den diätetischen Nutzen derselben zu zeigen, welches zu dem Rathe des Land-Lebens in gesunden Tagen und einer Veränderung in der Lebens-Art nothwendig war. Jetzo muß ich, meinem Versprechen nach, die therapeutische Kraft der Luft durch derselben Veränderung erweisen, welche oftmals ganze Krankheiten vertreibet. Hat man das vorhergehende wohl eingesehen, desto geschickter ist man nun von gegenwärtiger Ausführung zu ertheilen. Wir wissen aus allgemeiner Erfahrung, daß noch gesunde Leute bei Veränderung der Luft auch Veränderungen ihres Gesundheits-Zustandes spüren, ja oftmals mit Krankheiten empfinden müssen. Einer, der im Gebirge gelebet hat, und sich ins flache oder Nieder-Land begiebet, müste sonderlich abgehärtet seyn, wenn er nicht mit einem Ausfahren der Haut, oder kalten Fieber, seinen Einzug halten sollte. Dagegen lasse

man

man einen aus dieser Gegend ins Erz-Gebirge kommen, und bemerke wohl, ob er nicht bey einigem Aufenthalt daselbst entweder sein Fieber verliehren, oder nach Beschaffenheit seiner Gesundheit über Husten und Kopf-Weh klagen werde. Es ist wunderbar, daß die meisten, welche aus Rom nach Neapoli reisen, mit weit beßrer Gesundheit ankommen, als die wenigsten, welche sich von Neapoli nach Rom begeben, denn an diesem letzten Orte, und sonderlich unter Wegens, finden sie eine morastige Gegend und feuchte Luft, welche die Poros obstruiret, und daraus mancherley Zufälle leitet. Woher kommt es, daß durch Verändrung der Luft nach den Witterungen und Jahres-Zeiten verschiedene Krankheiten erfolgen? Warum klagen so viele im Früh-Jahre und Herbst über Fluß- und Catarrhal-Fieber, Husten, Schnupfen, Blattern, Masern, Fleck-Fieber, Gicht, Hüft-Weh, Podagra, und dergleichen? Wie kommt es, daß man zu der Zeit, wenn Tag und Nacht gleich ist, eine sonderbare Bewegung im Geblüte vermerket? Warum sind die meisten bey gutem Wetter und heitrer Luft viel lebhafter und aufgereimter? Aus diesen wenigen Bemerkungen nun kann man schon schlüssen, was die Verändrung der Luft in Krankheiten ausrichte? und kann eine böse Luft-Verändrung einem Gesunden so nachtheilig seyn; was wird dagegen eine gute Luft bey kranken Personen effectuiren?

Ich gestehe es aufrichtig, daß der Rath mit Verändrung der Luft der schwerste und wichtigste auch vor dem grösten Medico sey. Kann ein Patiente durch Verändrung der Luft bald und glück-

lich

lich genesen; so kann ein andrer eine solche Verändrung der Luft antreffen, daß er schwerlich wieder nach Hause kommen möchte. An diesem Consilio, so gestehet der gröste unter den Aerzten, nämlich Hippokrates, hanget sogleich entweder Tod, oder Leben. Es wird dem geschicktesten und erfahrensten Medico bey einem solchen Rathe mehr Kopfbrechens, als mir bey gegenwärtiger und nur einiger Untersuchung dieser Sache machen; denn wenn er endlich die Krankheit noch so gnau untersuchet, die Ursachen noch so gewiß gefunden, die Zufälle noch so sorgfältig unterschieden, und die Umstände des Kranken so gründlich erwogen hat, was soll er nun vor eine Luft zur Verändrung rathen? Soll diese von gewisser Wirkung seyn, so muß sie auch, zumal in langwierigen Krankheiten, notabel und sehr merklich seyn. Es sind zwar noch wichtige Vortheile dabey, daß man ganz sicher gehet; Allein diese dürfen nur die Aerzte wissen, welchen ich diese Schrift nicht zum Unterricht ertheile. Mein Rath mit Verändrung der Stadt- und Land-Luft stehet gewissermassen am sichersten. Einem Kranken aber eine besondre Art von der Land-Luft, als auf dem Wasser, oder im Gebirge, in Wäldern, oder freyen Feldern, in einer trocknen, oder feuchten, Gegend, anzurathen, will schon mehr sagen. Weit gefährlicher aber ist der Rath das Clima selbst zu verändern, und dennoch muß dieses in einigen Krankheiten geschehen. Hier wird Behutsamkeit, und doch Gewißheit, Ueberzeugung und Erfahrung, erfordert, denn ein jeder gewissenhafter Medicus wird mit der Gesundheit nicht auf ein Ohngefehr, oder

mit

mit Gewaltthätigkeit, umgehen. Nun will ich alles dieses einigermassen erläutern. Ich will es machen, wie die, so grosse Lasten tragen, und sich von dem schwersten zuerst befreyen. Ich bin wieder meinen Willen in die so schwere und stachlichte Materie von Verändrung der Luft mit dem Clima gekommen. Fast dürfte ich noch abbrechen, mich weiter damit einzulassen, da es zumal meine Absicht verantworten würde, weil ich nur bey Anpreisung des Land-Lebens in unsern Gegenden bleibe. Inzwischen muß ich doch sehen, wie ich mich ganz kurz und leichte daraus finde.

Das Clima zu verändern bekommt ja den wenigsten von Gesunden. Sollte es Kranken nicht vielmehr schaden, und Lebens-Gefahr stiften? Das erste sehen wir daher, wenn unsere Deutschen nach Ungarn und Pohlen reisen. Ein Italiäner wird in Norden zuvor etwas ausstehen müssen, wenn er lange dort zu bleiben gedenket. Und einer aus Norden, der noch so dauerhaft ist, kann gar leicht in warmen Ländern von schweren Krankheiten unterdrücket werden. Die Franzosen dauern selbst nicht lange in Sicilien, und daß ihnen auch die sonst gesunde Luft in Böhmen nicht bekomme, hat sich bey ihren Armeen gnugsam erwiesen. Die vornehmste Cautele bey einem solchem Rathe in wirklichen Krankheiten bestehet darinnen, daß man das Clima nur mit der nächsten Himmels-Gegend verändre, wo die Luft annoch einige Verwandschaft mit unsrem Vaterlande hat. Die Natur leitet selbst hierzu mit solchen Umständen, daß sothane Verändrung allmählich und also noch sicher geschiehet, näm-

nämlich durch eine langsame Reise, (weil Patienten ohnedem nicht auf der Post fahren können) entweder zu Wasser, oder zu Lande, von einer mäßigen Verbessrung der Luft mit der andern. Dieses beobachteten die Alten. Ich muß hierbey gleich die Verändrung der Luft selbst erklären. Diese bestehet nicht nur darinnen, warme mit kalter, oder trockne mit feuchter, zu verwechseln, und also ist die Verändrung stark, sondern man kann auch warme mit warmer, und kalte mit kalter Luft selber verändern. Es ist bekannt, daß die Luft von Mittag warm und feuchte, von Morgen aber warm und trocken, von Abend kalt und feuchte, von Mitternacht kalt und trocken sey. Nun muß man sich hierbey sowohl nach der Krankheit, als Beschaffenheit des Patienten, richten. Z. E. ein Plethoricus bekommt eine Hämoptisin, oder Blutspeyen. Dieses Uebel wurzelt sich ein, und bringt wohl noch, wie gemeiniglich, die Lungen- und Schwind-Sucht zu wege. Er lebt in kalter Luft, die ist endlich der Krankheit nicht entgegen. Man wird aber finden, daß diese Luft vermuthlich kalt und trocken sey. Ein Medicus will ihn von dieser gefährlichen Krankheit und ihren grausamen Folgen nicht palliativement, denn das kann er mit Medicamenten ausrichten, sondern gründlich und völlig, befreyen. Er rathet ihm also die Verändrung der Luft, will er warme erwählen, die stehet so wohl der Krankheit und dem Temperament des Patienten entgegen. Denn dadurch wird der Mensch mehr plethorischer und das Geblüte stärker zur Brust getrieben, folglich das Malheur verschlimmert. Er bleibt also

bey

bey der kalten Luft, er recommendiret ihm aber kalte und feuchte, und diese ist der Natur des Patienten und der Krankheit zugleich am bequemsten, und kann das Uebel bey einer geschickten Einrichtung völlig heben. Ich habe mich immer gewundert, warum Galen seine Lungensüchtigen um die Gegend Neapoli, und nach dem Berge Tabia geschicket, da doch die Luft an beyden Orten warm, oder doch die gröste Aehnlichkeit hat, und dem ersten Ansehen nach keine Verändrung damit vorzugehen scheinet, bis ich den Unterschied in den Schriften der Italiäner gefunden, daß um Rom die Luft wohl warm, aber warm und feuchte, und zu Neapoli hingegen, warm und trocken, sey. Daß er aber die Luft auf dem Berge Tabia besonders angepriesen, verdienet eine ganz eigentliche Untersuchung. Der Berg Tabia liegt zwischen Neapoli und Sorrento, und also in einer Gegend, wo kein Mensch zu finden. Er lieget auf einer mäßigen Höhe, und wird von andern Bergen nach der See hin und gegen Abend umschlossen, daß also kein Wind von Süd-Ost, oder Süd-West anstossen kann. Der ohnweit davon liegende Vesuvius hat nicht nur die Macht wegen seines unterirdischen Feuers die Luft zu reinigen, sondern er hält auch die Winde aus Norden zurücke. Ueberdieses wachsen daselbst die kräftigsten Kräuter und Pflanzen. Könte man wohl einen bessern Ort vor Lungensüchtige Patienten finden? Wenn Celsus, der so berühmt unter den Römern, als Galen unter den Griechen, war, seine Schwindsüchtigen aus Rom nach Alexandrien schiffen lassen, so giebt er die Verändrung der Luft zur gewissesten Hülfe

se an, und zwar weil auf der See und in bemeldter Stadt eine feuchtere, und also diesen Patienten sehr bequeme, Luft, überdieses auch in Egypten keine solche öftre Veränderung des Wetters, anzutreffen. Und Plinius berichtet, daß Gallio, ein Bürger-Meister zu Rom, ebenfalls durch eine Reise auf der See glücklich von der Schwindsucht befreyet worden. Es dienet aber auch die notabelste Veränderung der Luft, z. E. warmer mit kalter, oder trockner mit feuchter, ebenfalls in gewissen Krankheiten. Der Scorbut, welcher hauptsächlich von rauher und feuchter Luft, wenn er nämlich in einem Lande gemein ist, entstehet, wird am gewissesten mit warmer und trockner Luft curiret. Weil viele von der Erfahrung überzeuget worden, die sich in dergleichen Ländern und Gegenden befinden, so wird auch dieses Mittel bis diese Stunde von denen, die es haben können, gebrauchet. Diese Krankheit ist ebenfalls in Engelland, wegen der schweren, dicken, und neblichten Luft, sehr gemein, und die meisten pflegen zur Cur nach Frankreich dißfalls zu reisen, wo dieselbe, sonderlich zu Montpellier, gar leichte und ohnfehlbar von statten gehet. Es zeiget auch diese stärkste Art von Veränderung der Luft ihre sonderbare Wirkung bey alten Fisteln und Schäden. Hiervon will ich zwen Exempel anführen. Riedlin, ein Medicus zu Augspurg, berichtet, daß ein gewisser Mann in seinen besten Jahren an der spina ventosa, oder einem alten beinfressenden Schaden an der rechten Hand, laboriret, und alle chirurgische Mittel vergeblich angewendet. Endlich begiebt er sich nach Wien, und da er sich hier

kaum $\frac{1}{2}$ Jahr aufgehalten, ist der Schaden von freyen gänzlich geheilet. Eben so merkwürdig ist es, was Borrichius in Act. Haffn. aufgezeichnet. Ein grosser Herr hatte vor 27. Jahren durch einen unglücklichen Fall das Bein gebrochen. Die Chirurgi, ob sie sich schon lange damit zu thun machten, konnten dennoch den Schaden nicht völlig heilen, daß er nicht beständig näßte. Nach einiger Zeit tritt dieser Cavallier eine Gesandtschaft nach Madrit an. Er denkt wegen vieler Verrichtungen nicht an seinen Schaden, merket aber in etlichen Monaten, daß er gut geworden, und dieses ist noch über 3. Jahr also geblieben. Da er aber nach Koppenhagen kommt, fängt der fistulöse Schaden an wieder aufzubrechen und zu nässen. Dieses bleibet bey der alten Art durch etliche Jahre. Wie dieser Herr hoher Geschäfte wegen noch einmal eine Reise nach Spanien angetreten, war auch sein Uebel weg, und hat ganzer 6. Jahr, so lange er nämlich zu Madrit geblieben, nichts weiter gemerket. Nachdem er aber zurücke nach Koppenhagen gekommen, fängt auch der Schaden in wenig Monaten wieder an offen zu werden. Kann man hier sonst eine Ursache finden, als daß die feuchte Mitternachts-Luft den Schaden geöffnet, welchen die trockne Luft in Spanien verschlossen?

Ich muß nunmehro bey der notablesten Veränderung der Luft abbrechen, sonst möchte ich wohl selbst dabey in ein ander Clima kommen. Ein Foliante würde noch nicht zureichend seyn, diese Materie in sich zu fassen. Wir wenden uns also wiedrum aufs Land, und müssen dasselbe so wol

in einem etwas weiten Prospect, als eine Begrenzung und Bezirk vieler Gegenden, und denn auch als den eigentlichen Unterschied von Städten, erkennen. Nach dieser Maas-Regel wollen wir die Verändrung der Luft erwägen. Da ich diesen Gesundheits-Rath ohnedem nicht speciellement anpreise, sondern dieses denen Medicis überlasse, so will ich nach dem Einfall und Prüfung meiner Gedanken, mit dem Beystand anderer Erfahrungen, hiervon kurze Sätze abfassen, und jeden zugleich erläutern. Zuvor aber will ich von dem Nutzen dieses Hülfs-Mittels überhaupt, und zu Ende von der Verändrung der Luft in Patienten-Zimmern, etwas weniges gedenken. Was die Verändrung der Luft auch in bürgerlichen Wesen vor einen Nutzen habe, ist eine ganz bekannte Sache.

Alle Dinge, deren wir gewohnt sind, haben die Kraft nicht, als etwas verändertes. So ist es auch mit der Luft beschaffen. Gesetzt: Man begiebt sich in eine nahe Gegend, welche mit unsrem Wohn-Orte unter einem Luft-Bezirk stehet, so geniesset man schon dabey eine wirkliche Verändrung der Luft. Ich sage noch mehr: Wenn jemand zuweilen eine Stadt mit der andern verwechselt, der wird selbst gestehen müssen, daß er einigen Gesundheits-Nutzen schon von dieser Verändrung merke. Wie kräftig und notabel muß nicht vielmehr die Verändrung der Stadt- mit der Land-Luft seyn? Und was muß eine besondre Art Land-Luft nicht vor Kraft in gewissen Krankheiten zeigen? Dahero verrichtet die Luft, wenn sie verändert, und verändert frisch geschöpfet wird, ihre Kräfte gleichsam von

neuen. Die Lunge wird rechtschaffen ausgedehnet, und dadurch das in ihre Gefässe häufig dringende Blut mit Macht durchgepresset, erhitzet, und subtilisiret, die ganze Massa der Säfte alteriret, die überflüßige Feuchtigkeit verzehret, die Ausdünstung befördert, die Bewegung der Natur zu Hebung innerlicher Verstopfungen verstärket, der Appetit erwecket, und der ganze Körper gleichsam repariret. Wo besitzet irgend ein Mittel diese erstaunende Kräfte? Gesetzt auch: daß es in einigen eingewurzelten Krankheiten nur eine Palliativ-Cur abgeben sollte, oder daß man auch derselben mit Arztney-Mitteln beystehen müste; so wirket sie doch so wohl vor sich, als mit diesen Mitteln, und kommt nur hierbey auf die geschickte Einrichtung eines Medici an, dessen gründlicher Rath freylich über die köstlichsten Mittel, und folglich auch der Luft-Veränderungen, stehet.

Alle Luft dienet zur Verändrung und hat ihren gewissen Nutzen. „Wenn sonst, schreibet der alte Zacchias in s. quaest. med. gute Luft in Ansehung eines Menschen schädlich ist, so kann auch ungesunde Luft einem andern dagegen heilsam seyn.„ Kalte und feuchte Luft giebt bey denen, so viel Feuchtigkeiten haben, gar bald Gelegenheit zu Krankheiten. Und doch bekommt diese vollblüthigen Personen. Dahero dienet jenen zur Verändrung kalte und trockne, und diesen kalte und feuchte. Warme und feuchte wird solchen Personen, die mit vieler Fettigkeit beschweret sind, nicht wohl bekommen, dagegen kann sie bey hagern Leuten gute Dienste leisten. Will man schwere mit leichter, und leichte

mit

mit schwerer, Luft verwechseln, so muß dieses nicht schnell, und, nach Celsus Rath, jenes zu Anfang des Sommers, und dieses zu Anfang des Winters, geschehen. Die Luft schadet also, wenn sie einem und dem andern schadet, nicht absolute, sondern relatiue, und nicht so wohl ihren Eigenschaften, als der Beschaffenheit und dem Befinden des Menschen nach. Der Herbst ist von Alters her vor die gefährlichste Jahres-Zeit gehalten worden; daß er aber diesen Namen zufälliger Weise verdiene, hat der berühmte D. Vater in s. Higiene gewiesen. Wenn Herr * zuvor nicht hitzig ist, wird er in Hunds-Tagen wenig Hitze im Kopfe vermerken.

Durch Verändrung der Luft werden theils Krankheiten alleine vertrieben, theils wichtige Curen mit sonderbaren Nutzen befördert. Von beyden will ich zwo Zeugnisse anführen: Der berühmte H. D. Adolphi in Leipzig giebet das erste in s. Diss. de aegrotorum conclaui, Lips. 1711. „Die Erfahrung lehret, daß viele, und mehrentheils Haupt-Brust- und Lungen-Krankheiten, so die langwierigsten, hartnäckigsten, und schwersten, sind, und wieder, welche weder ein langer Gebrauch der besten Arztneyen, noch auch nicht selten aller Rath und Bemühung der geschicktesten Aerzte, etwas ausrichten können, endlich blos durch die Verändrung der Luft sind gehoben worden.„ Und unser deutsche Galen, der berühmte Hofmann, gestehet nach seiner Aufrichtigkeit folgendes: „Aus öfterer und genauer Bemerkung bin ich gewiß, daß diejenigen, welche an der Gicht, Podagra, und andern langwierig-schweren Krankheiten, oder Fiebern, laborire,

ren, ihre Kräfte nicht gnugsam wieder erhalten und gesund werden können, wenn sie nicht zugleich die Luft verändern." Dieses gewissen Nutzens wegen hat vermuthlich der berühmte D. Wedel in Jena dem Bruder Studio, welcher hectisch war, gerathen, sich nach Altorf zu wenden. Aus dieser Ursache attestiret der seel. Hof- und Justitz-Rath Detharding, daß viele, die in Leipzig stets kränklich gewesen, gar bald in Rostock besser worden, wie dißfalls das Exempel eines berühmten Gottes-Gelehrten, D. Grapius, bezeiget. Dagegen ist auch bekannt, daß viele, die an andern Orten stets gesiechet, in den angenehmen Leipzig, welches dißfalls nur den Namen eines gesunden Orts verdienet, nach Vergnügen genesen. Merkwürdig ist es, daß hectische Patienten nach Verändrung der Luft auch ihre Anfälle spüren, und dieses noch zuvor an dem Barometer wissen können. Wenn der Mercurius bey reiner und heitrer Luft steiget, so ist und wird ihnen ganz wohl; Wenn er aber bey kalter und schwerer Luft fällt, so bald vermerken sie Trägheit, Beängstigung, fliegende Hitze, öftern Schweiß, und die übrigen Zufälle. Hieraus erhellet nun offenbar, was die Luft mit dem Leben in unserm Körper vor Verwandschaft habe; und daß sie, wenn sie verändert wird, den Körper selbst verändern könne.

Wenn ich nunmehro die Luft auf dem Lande zur Verändrung und Cur wichtiger Krankheiten insbesondre recommendire, so will ich den Eingang hierzu mit einer auserlesenen Stelle des schon angeführten Baglivi machen. Diese erkläret so wohl den Unterschied der Land-Luft, als auch vornämlich,

warum die Verändrung mit derselben so heilsam sey? „Die Land-Luft, sagt er, enthält den reinesten Niter, oder ihr unverreinigtes Salz, in sich, weil sie durch die Winde mehr gereiniget wird, als die Stadt-Luft, wo Dampf, Rauch, und andere Dinge, das Luft-Salz verderben. Alsdenn aber bekommt auf dem Lande einigen die Meer- andern gebirgische, und noch andern die Feld-Luft nach Verschiedenheit der Krankheit, weil das Blut bey den verschiedenen Naturen in einer Luft mehr, als in der andern, sein Gleich-Gewichte findet und hält. Dahero gehet auch die Cur an einem Orte besser, als an dem andern, von statten.„

Durch Verändrung der Luft werden vornämlich die Krankheiten curiret, welche aus der Luft selbst entstanden. Ich rechne hieher alle epidemische und gewisse Arten von gemeinen Krankheiten, als den Scorbut, oder die kalten Fieber, wo Sydenham fest versichert, es wäre zu verwundern, daß die Frühlings-Luft die besondre Kraft hätte ganz allein dieselben zu vertreiben, und die schwachen Naturen zu stärken, *) auf solche Art, da das unreine Geblüte dadurch gereiniget, und das unreine durch verstärkte Ausdünstung fortgetrieben, werde. Hier verdienet diese Anmerkung Statt: daß die Frühlings-Luft gemeiniglich die durch und bey der Herbst-Luft entstandenen Krankheiten curire. Wer im Herbst ein epidemisch- kaltes Fieber bekommt, der muß es gemeiniglich bis zum Früh-Jahr behalten, er mag mit Medicamenten stürmen, wie er will. Er kann es wohl noch ärger machen. Ausser die

 Verän-

*) vid. ei. Prax. med. s. opusc. vniv. Lips. 1695.

Verändrung der Luft müste sehr notabel seyn, z. E. wer zur Herbst-Zeit ein kaltes Fieber in Leipzig bekommt, und reiset ins Gebirge, der kann seinen Gast glücklich loß werden, wovon ich häufige Exempel anführen wollte, und könnte es auch mit meinen eignen bestärken, wenn die Sache nicht schon so gnug bekannt wäre. Die gebirgische Luft hat vielmals die Art eine Krankheit mit der andern zu vertreiben. Es kann leichtlich einer an benannten Fieber durch so eine Verändrung der Luft in 2. oder 3. Tagen curiret werden, dafür findet sich aber nach dem Umständen des Patienten ein Ausschlag. Wie gesund aber derselbe, und was er für ein Hülfs-Mittel der Natur selber sey? ist eine allgemeine bekannte Sache. In der Ruhr, und andern ansteckenden Krankheiten, ja selbst in der Pest, ist die Verändrung der Luft der gewisseste Rath, wie denn Galen bey der Pest in Italien nicht säumte nach Griechenland zu reisen. Cölius Rhodiginus erzehlet, daß die Bewohner der Insel Lesbus mehrentheils von Süd-Ost-Wind den Husten bekämen, durch Verwechslung des Nord-Windes aber auch bald wieder davon kommen könnten.

In den Krankheiten der Nerven, des Haupts, der Brust, und Lunge, muß die Luft, wie Julius Cäsar Claudinus erinnert, auserlesen seyn. In Nerven- und gewissen Haupt-Krankheiten, als dem Schwindel, und Schlagflüssen, ist alle kalte, strenge, oder auch allzuwarme, und die Wasser-Luft, zu meiden, weil die Nerven, als die empfindlichsten Theile des Leibes, überall angegriffen werden. Dagegen bekommt eine heitere und sanfte Luft in Schat-

ten,

ten, dünnen Wäldern, oder auch Garten-Häusern. In diesen ist besonders der Schlaf und die Ruhe zu recommendiren, wo dergleichen Luft überaus gütige Wirkungen dabey verschaffet. Und so versichert Hippokrates, daß in der Epilepsie junger Leute die dermalige Veränderung der Luft und des Orts die ganze Cur ausmache. Loßius, ein glücklicher Practicus zu Dorchester, bezeuget, daß ein langwieriges Kopf-Weh, so sich alle volle Monden eingestellet, eben durch Veränderung der Luft, wie nichts mehr helfen wollen, völlig gehoben worden.

In Brust-Beschwerungen muß man einen sorgfältigen Unterschied unter der Krankheit, und folglich auch der Luft, machen. In Macedonien ist ein Berg, welcher Monte Santo, oder der heilige Berg, genennet wird, und einer von den höchsten in der Welt seyn soll, wo engbrüstige Patienten überaus leicht, wegen der dünnen und subtilen Luft auf dieser entsetzlichen Höhe, respiriren sollen. Ich wollte aber diese Luft denen, die bey ihrer Engbrüstigkeit trocknen und schweren Husten ohne Feuchtigkeiten haben, nicht rathen. Es ist zwar das beste, daß keiner wird nach diesem heiligen Berg reisen, unterdessen können sie sich diese Cautele merken, wovon ich unten und von langwierigen Husten mehr mit Unterschied erinnern werde.

In Blutspeyen und der daraus entspringenden Lungen-Sucht, und Verzehrung, ist, nach Beschaffenheit der Krankheit, oder vielmehr des Kranken, die Luft auszulesen. Hier dienet mehrentheils die Luft in Schatten, die Ausdünstungen von der Baum-Bluth, Blumen, und kräftiger Kräuter in

Gärten, desgleichen in dinnen Birken- und Tannen-Büschen, weil die Luft darinnen mit vielen harzigen und balsamischen Theilgen erfüllet ist. Nur kann man sich darnach richten, ob dieses mit diesen und jenen bey trocknen, oder nach einem frischen Regen, am füglichsten geschehe? Dabey wird eine angenehme Motion, als Spatzierengehen, sanftes Fahren, und Reiten, erfodert. Alles dieses hat seinen Nutzen, wie wir bald mehr gedenken wollen. Hierauf bekommt eine freye und bequeme Ruhe; wie sich denn Plinius versprechen wollte, daß Encolpius, der auf der Reise mit einer Hämoptisi überfallen worden, durch Verändrung der Luft und der Ruhe in einer gesunden Gegend, würde wiedrum zur Gesundheit kommen.

In der Schwind-Sucht, wenn die Lunge noch nicht angegriffen ist, und in den ersten Graden von Abnehmen und Verzehrungen des Leibes wird hagern Leuten die Wasser- und etwas gesetztern Personen die Wald-Luft bekommen. Beyde erfodern eine gute Resistenz des Körpers, und giebt sich von selbst, daß dabey eine kräftige Leibes-Bewegung angestellet werden müsse. Alle andere Wirkungen von der Luft durch die Verändrung in gewissen Krankheiten müssen theils nach der Unterscheidung der Luft selber, welches ich in vorhergehenden Abschnitte gezeiget, und nach dem Unterschied der Patienten, den ein jeder insbesonders selbst erkennen muß, beurtheilet werden. Dieses habe ich nur zu einigen Proben zeigen wollen.

Wenn alle Luft zur Verändrung dienet, so muß auch solche Luft, welche Gesunden schädlich ist, in eini-

einigen Krankheiten ihren gewissen Nutzen haben. Der Mercurius wird in gesunden Körpern zu einem Gift, und dennoch kann er Kranke gesund machen. Dieses giebet einen Beweis, daß eine sonst schädliche Sache auf gewisse Art dennoch ihren grösten Nutzen haben könne. Grosse Sonnen-Hitze entkräftet den Körper auf eine ausnehmende Art, sonderlich wenn darinnen starke Leibes-Uebungen angestellet werden, und dennoch haben sich dieses die Alten bey übermäßiger Fettigkeit, und in der Wassersucht, mit guten Erfolg bedienet. Die dicken Europäer, wenn sie in Asien, und sonderlich auf der Küste Cuncan zu Goa ankommen, werden so mager, daß dieser Ort nur das Siech-Hauß von Ost-Indien genennet wird. Die Kälte greift gleichfalls den Körper nicht wenig an, dahero die Leute in Gebirge ganz eine andre Statur, als die in flachen Lande, haben. Man kann sich aber dadurch, nebst einer guten Motion in Freyen, einen Schnupfen und Husten von übermäßiger Feuchtigkeit besser und eher, als im Bette, vertreiben. Die kühle Morgen-Luft, sonderlich bey flüssenden Wässern, soll denen, so an Flüssen und vielen Feuchtigkeiten laboriren, nach Cardanus Versichrung, sehr zuträglich seyn, da sie doch einen gesunden Körper stark alteriret. Plato erbauete seine Schule mit Fleiß an einem ungesunden Ort, damit der Körper, welcher ihm auch zu fett gewesen, desto mehr gezüchtiget würde.

Aus allen diesen nur obenhin angeführten Bemerkungen lässet sich die verschiedne und besondre Kraft der Luft in ihrer Veränderung gar leichtlich ermessen. Da sie nicht nur in, sondern auch auf

den

den Körper wirket, so muß sie auch hierbey ihren Nutzen haben. Hofmann bezeuget dahero, daß das Ausfahren im Gesicht, feuchter Ausschlag, und andere Unreinigkeiten der Haut, mit einer aptirten Verändrung der Luft weit eher und gewisser vertrieben werden. Diese Maladien entstehen mehrentheils aus verderbter Lympha und verhinderter Ausdünstung, wodurch die Drüsen unter der Haut obstruiret und die Säfte nebst dem Geblüte inficiret werden. Wohnet man in einer feuchten, dumpfigten Stube, und lebet in eingeschloßner Luft, so wird man sein Uebel auf keine sichrere Art, als mit Verändrung der Luft, loß werden. Die Unterlassung der Reinlichkeit giebt nicht wenig zu diesen Malheur Gelegenheit, die gleichfalls bey der Cur wohl zu beobachten. Was die Luft in Verändrung des Clima bey fistulösen und nässenden Schäden ausrichte, bezeigen die oben angeführten Exempel. Daß wegen der feuchteren Luft die Haupt-Wunden schwerer zu Paris, als zu Avignon, und wegen der hier befindlichen dinnen Luft die Fuß-Wunden weit langweiliger, als in Paris, curiret werden, hat Paräus, ein berühmter königlicher französischer Wund-Arzt, sehr wohl bemerket. Dieser Ursache wegen sollen auch die Haupt-Wunden zu Florenz gefährlich seyn. In Siech-Häusern gehet die Cur mit Geschwüren wegen der unreinen Luft und so vieler Kranken sehr schwer von statten, wie alle Wund-Aerzte wissen. Kommen dergleichen Dinge bey andern Personen in die Hände eines solchen Chirurgi, der wacker salbt, und nicht weiß, daß die Luft, und die Reinlichkeit, mehr, als er, curire, so ist dem Feuer Oel gegeben.

„In

„In den Curen aller Krankheiten ist am meisten auf die Luft zu sehen.„ So kommt mir gleich diese Stelle aus einer Schrift eines alten berühmten Prof. zu Padua, Silvatici, in die Hände. Das Buch heißt Controuersiae medicae numero centum, Frf. 1601. Es wird also auch hier ein controvertiren setzen. Zwar bin ich ein Feind von allen Gezänke, aber in Sachen, die Gesundheit und Leben betreffen, muß man nicht gänzlich schweigen. Doch werde ich mich mit der Wedelianischen und Helmontischen Secte dermalen nicht einlassen, da ohnedem dieselbe zu unsern Zeiten etwas dinne worden. Sollte es noch einige Anhänger geben, die können ihre Lection bey dem Sydenham, und Boerhaaven, finden, oder dürfen sich nur nach der Methode des alten Asclepiades erkundigen. Es ist so ein sehr gemeiner und schädlicher Fehler, den man nicht gnug ausrotten kann, in hitzigen Fiebern und Krankheiten, als Blattern und Masern, die Stuben so stark erheitzen zu lassen, daß ein Gesunder wohl das Fieber bekommen möchte, wodurch die Beängstigungen der Patienten gehäufet, die Hitze in Raserey verwandelt, und vielmals aus derselben Entzündung, und Anfälle des Todes, zugezogen werden. Das attestiren so wohl viele erfahrene Aerzte, als offenbare Exempel. Nun wird man gleich seinen Patienten durch Thür und Fenster Luft machen wollen. Man halte aber nur noch ein wenig inne. Ich rathe nicht freye Luft, sondern daß man nur dieselbe in dem Patienten Zimmer durch die greuliche Hitze nicht verderbe. Denn die heise Stube ist einigen noch nicht gnug, sie müssen auch den Patienten

tienten mit vielen Decken erwärmen, und das langet auch noch nicht zu, sondern man muß ihn hitzige und schweißtreibende Sachen eingeben. Sollte man sich wohl natürlich-vernünftiger Weise einbilden, daß manche so gar unbedachtsam mit der Gesundheit und dem Leben umgehen könnten? Es haben schon andere und viele Medici die Verändrung der Zimmer in dergleichen heftigen Krankheiten gerathen, aber eben auch mit Unterschied, und nach gewissen Umständen. *) In dem heftigsten Paroxysmo will es weder mit der Krankheit, noch den Kranken, angehen. Ist der Anfall einigermassen vorbey, so muß das Zimmer, worein man ihn bringen will, nahe und mäßig erwärmet seyn. Unterdessen kann man ja die alte Luft in der ersten Stube durch offene Fenster austreiben, und überhaupt das Zimmer reinigen, lassen, **) wie denn ein Medicus vornämlich bey Patienten auf seine Einlogirung zu sehen hat. Ferner muß man auf die Luft selbst Achtung geben, deren man neuen Eingang verstatten will, wie sie zu der Krankheit beschaffen

sey?

*) Hiervon hat auch der seel. H. Hof-Rath Platner in angef. Tr. etwas erinnert, und eine andre, aber dieser ziemlich ähnliche, Frage gründlich beantwortet: Ob die, so an gefährlichen Krankheiten und Fleck-Fiebern liegen, desgleichen Wöchnerinnen, ohne Gefahr die Wäsche verändern können?

**) Sehr wohl können dergleichen Patienten-Zimmer öfters mit frischen Wasser gesprenget, und in solche Birken und Mayen gesetzet, oder sonst gute Blätter darein gestreuet, werden, wie andere Medici schon gerathen haben.

seyn? Endlich kommt es auch auf die Zeit an, wenn dieses geschehen könne? Des Mittags und Abends scheinet es, wegen der schon veränderten äusern Luft, nicht bequem zu seyn. Des Morgens ist es zwar am besten, jedoch will ich alles, ob ich es schon noch so gnau berühret habe, was bey Verändrung der Luft in Kranken-Zimmern zu beobachten, der besondren Verordnung eines Medici, wie es denn billig ist, überlassen. Nach überstandner Krankheit, in guten Umständen des Patienten, und bey guten Wetter, die Luft zu verbieten, ist kaum zu verantworten. Ich habe nun so viel von der Luft gesagt, daß es bald Wind draus werden müste, und wenn man noch nicht überzeuget ist, daß das Leben des Körpers von der Luft erhalten werde, so kann man ein Experiment mit der Luft-Pompe an sich machen lassen. Wem ist unbekannt, daß die Alten ihre Kranke an öffentliche Strassen geleget, und überall freye Luft zugelassen? Nun bescheide ich mich wohl, daß wir nicht die Alten sind; unterdessen gehet man ja auch zärtlich gnug mit unsern Patienten um. Die Verändrung der Zimmer ist nicht einmal eine rechte Verändrung der Luft, sondern vielmehr eine mäßige Verbesserung derselben, zu nennen. Wenn ein Patiente, der ein Friesel hat, und dabey noch munter ist, in freye, oder gar feuchte, Luft und Nebel ausgehen wollte, der würde bald seine Reise nach der Luft anstellen können. Wenn aber die Krankheit vorbey, und alle Zufälle derselben entwichen, ihn noch lange Zeit in Zimmer zu halten, und die Luft zu verbieten, ist so viel, als das Leben zu verbieten. Die Verändrung der Luft in Zimmern

mern ist oft verschieden. Wenn sich die Luft im Zimmer selbst verändert, die muß man ins freye paßiren lassen. Aber eine sonst schädliche Luft herein zu lassen, kann ebenfalls in gewissen Krankheiten mit Nutzen geschehen. Silvaticus fähret fort: „Wenn die Luft ihrer Eigenschaft nach der Krankheit contrair ist, so kann sie öfters gar die Stelle eines Hülf-Mittels vertreten. Wenn sie aber der Krankheit favorisiret, ernähret sie desto mehr deren Ursachen. Weit mehr aber schadet sie in Brust- und Lungen-Beschwerungen, von welchen Theilen sie so wohl beständig, als nothwendig, muß ein- und ausgeathmet werden.„

Ein Mittel schicket sich nicht für alle Krankheiten, folglich muß man die Hypothesin, ein Ding, welches Aerzte und Patienten verderbet, die Veränderung der Luft universell, ohne Bedenken der Zeit, ohne Ausnahme anzupreisen, wohl vermeiden. Heftige Krankheiten können keine solche Luft, die den Namen einer veränderten verdienet, zulassen. Dagegen dürfte ich dieses heilsame Lebens-Mittel bey nahe in allen langwierigen und sonst unerheblichen Krankheiten, nach dem Beyfall so vieler erfahrnen Aerzte, als gemein anpreisen. Die Luft selber aber kann ich nicht allgemein rathen, denn dieses muß ein Medicus nach seinem besondern Amte, in welches ich nicht gerne greife, noch einen bey seinen Patienten in Miß-Credit setze, vorschreiben. Einmal vors Thor gehen ist eine Veränderung der Luft, aber nicht vor Kranke. Eine Veränderung der Luft bey Veränderung des Wetters vorzunehmen, ist auch nicht allen rathsam. Hier

muß

muß man auf die Zeit und Beschaffenheit der Krankheit sehen. Vor den Kranken selber muß man einen Ort erwählen, welcher ihm so wohl bequem, als angenehm, ist. Und das bestehet ohnstreitig in dem Land-Leben. Hierzu treten verschiedene gute Eigenschaften desselben, als die besten Motionen, die Güte des Wassers und gesunder Speisen, wie nichts weniger eine grosse Beruhigung des Gemüths, welche vielmals in Krankheiten die meiste Cur ausmachet.

Bey nahe dürfte ich allen Gesunden, die in eingeschloßner und stets einerley Luft leben, die Veränderung derselben als eine gute Präservatif-Cur anpreisen. Die Römer haben sich vor Zeiten den May- und September-Monat zu ihrer Gesundheit ungemein zu Nutzen gemacht. Wer hier die Stadt mit dem Lande verwechseln, oder sich auch des Junius und des August-Monats bedienen kann, wird wegen der guten Luft seiner Gesundheit glücklich rathen. Die Bauern wissen sich selbst eine gute Veränderung der Luft zu Nutzen zu machen. Sie reisen öfters in die Stadt, und bedienen sich einer ganz besondern Diät zu ihrer Präservation, daß sie sich vielmals wieder aufs Land müssen fahren lassen. Einigen kann selbst die veränderte Luft auf dem Lande wohl zu statten kommen. Die Morgen-Luft nach gefallnen Thau kühlet, erfrischet und stärket. Inzwischen wollte ich allen den Nutzen von Veränderung der Luft wünschen, welchen man von der Insel St. Helenen an den atlantischen Meere rühmet, daß Kranke, wenn sie fast sterben wollen, und aus Indien dahin kommen, alsbald gesund zu wer-

den anfangen, und daß die Einwohner daselbst von keiner Krankheit, als einem hohen Alter, wissen.

Wer keine Land-Güter hat, und sich des Land-Lebens nicht bequem bedienen kann, denen ersetzen einigermassen den Nutzen desselben

die Gesundheits-Reisen,

welche vielmals noch größere Vortheile der Gesundheit verschaffen. Reisen werden zu Wasser und zu Lande, durch Gehen, Reiten, und Fahren, angestellet. Was die Motion bey Verändrung der Luft ausrichte? werden wir gleich nach diesen hören. Es ist ein Unterschied unter den Reisen um der Nothwendigkeit und um der Gesundheit. Bey jenen findet man nicht alle Bequemlichkeiten, welches oftmals der Gesundheit schadet. Zu verwundern ist es, daß diese Reisen vielmals auch Gesundheits-Reisen werden, und wichtige Krankheiten heben. So ist von dem H. Lutherus bekannt, daß er auf der Reise aus Schmalkalden nach Wittenberg von einem gefährlichen Zufall des Steins glücklich befreyet worden. Hildanus erzehlet von einem Patienten, der über ein Jahr tödtlich gelegen, und von dem ersten Tage einer Reise und durch Verändrung der Luft sich besser befunden, und zu seiner völligen Gesundheit gekommen. Und so ist es vielen begegnet, daß sie in ihrer Krankheit eine nothwendige Reise antreten müssen, und der Krankheit selbst dadurch eine andre Reise gezeiget.

Ich habe schon gesaget, daß das Schiffen bey den Alten unter die Gesundheits-Mittel gerechnet worden, dahero Celsus denen, so einen Anfall zur

Verzeh-

Verzehrung hatten, das Schiffen zur Verändrung der Luft und gelinder Erschütterung des Leibes angerathen, und Plinius schickte den Zosimus wegen des Blut-Speyens nach Egypten, und versichert, daß er auch nach einer langen Reise wiedrum gesund zurücke gekommen. Warum sie es in der Wassersucht recommendiret, will ich unten gedenken.

Merkwürdig aber ist ein gewisses Exempel, welches Lindenius in s. Coll. MSt. über Hartm. Prax. Chym. aufgezeichnet, da eine Erb-Schwindsucht, welche eine ganze Familie bis auf eine Person aufgerieben, durch eine lange Reise gänzlich ausgerottet worden. Ein sehr reicher Mann zu Enkhausen hatte so wohl die Schwindsucht von seinen Eltern geerbet, und gleichfalls seinen 5. Töchtern zum Erb-Theil hinterlassen, von welchen bald eine stirbt, bald eine andre sich einleget. Die dritte aber resolviret sich, ehe sie anfängt krank zu werden, zu Fusse von einem Ort zu dem andern ohne beständig an einem zu bleiben, zu reisen, hat dißfalls ihre Wechsel bey sich, und kommt in einem Jahre wiedrum nach Hause, wo sie denn keine Schwester mehr antrift, auch nicht in diesem Hause einkehret, sondern vor dem Thore wohnhaft bleibet, und niemals von dieser Krankheit etwas erfähret.

Gesundheits-Reisen können so wohl bey guter Gesundheit zu deren Verwahrung und Stärkung, als auch in verschiedenen Krankheiten, mit sonderlichen Nutzen angestellet werden. Wer ein hitziges Fieber, oder sonst heftige Krankheit, hat, muß zu Hause bleiben. Wenn aber die Krankheit vorbey, wird eine angestellte Lust-Reise das Gemüthe und

den Körper erquicken. Den Mangel des Schlafs wegen Schwachheit der Glieder wird eine kleine Spatzier-Reise durch Gehen, Reiten, und Fahren, ersetzen, welches Galen schon angerathen.

Hypochondrischen Personen bekommet das Reisen am besten. Und so lobet es gleichfalls Silvaticus dem Frauenzimmer in hysterischen Paßionen. Ferdinandus preiset es in der Wassersucht. Bey graßirenden Catarrhal- und Fluß- Fiebern verlangen es Celsus und Avicenna. Gleichfalls rathet es Celsus in dem Husten. Hofmann berichtet von sich selbst, daß er von einem hartnäckigken Husten mit einem fieberhaften Anfall durch eine Reise in die Mark vollkommen befreyet worden. In allen ansteckenden Krankheiten muß man den Ort verlassen. Bey fetten Personen versichert Hippokrates, daß dieselbe eine lange Reise zu Fusse wohl werde mager machen. Dolaeus saget: Das Reisen in entlegene Oerter rathen wir in der Schwindsucht zur Verändrung der Luft und Speisen. Baglivi recommendiret in Gemüths-Krankheiten gleichfalls Reisen in entfernte Landschaften.

Wollte auch jemand zweifeln, daß Reisen in wirklichen Krankheiten könnten angestellet werden, so wird man doch deren vortreflichen Nutzen in solchen Umständen, wo man sich weder krank, noch gesund, befindet, zugestehen müssen. Viele pflegen zu sagen, daß ihnen nicht besser, und recht wohl werde, wenn sie reiseten. Seneca bestätiget dieses, da er so wohl das Spatzieren-Gehen bey heitern Himmel, oder eine kleine Reise zur Verändrung der Gegend rathet, damit das Gemüthe einigermassen in Ordnung

nung gesetzet würde, als auch mit seinem eignen Exempel, wenn er in s. 85. Ep. gestehet: „Ich befinde, daß mich das Reisen munter und lustig zur Arbeit machet, daß dadurch so wohl mein Studiren, als meine Leibes-Gesundheit, befördert werde. Denn, weil mich sonst die grosse Liebe zum steten Nachdenken vielleicht von der nöthigen Sorge für meine Gesundheit ableiten würde, so kann ich jetzt durch Hülfe meines Pferd und Wagens zugleich den Leib bewegen, wenn ich auch dabey mein Gemüthe zum Nachsinnen und Studiren brauche.„ Es wird mir erlaubet seyn, alles dieses mit einem gewissen Zeugniß des H. D. Adolphi in s. Diss. de aëre Lipsiensi zu bestärken. „Diejenigen, so versichert derselbe, können sich zu ihrem Leben und Gesundheit nichts besser rathen, als daß sie jährlich die Luft, sonderlich wo sie ihnen nicht wohl bekommt, und vor andern zu hypochondrischen und Lungen-Beschwerungen geneigt sind, verändern, und sich einige Zeit in Oerter begeben, die heitre, reine, freye, trockne Luft, und klares gesundes Wasser haben, weil sie mit der Luft zugleich die Beschaffenheit des Lebens, und derer daran hangenden Sorgen, ändern. Es ist zu verwundern, wie viel die Verändrung der Luft durch gelinde Reisen den Körper und das Gemüthe zugleich lebhafter, stärker, und muntrer mache, weswegen auch Erotianus sehr schön gesaget: daß Reisen zu weilen eine Medicin, und die Verändrung des Orts in Krankheiten vielmals eine Cur, sey. Die grösten Herren pflegen dißfalls nach den Jahres-Zeiten und Witterungen ihre Sitze zu verändern, und daß dieses schon vor Zeiten geschehen, kann

 man

man bey dem Curtius, und vielen andern, lesen. Scipio Africanus, ein vornehmer Römer, soll öfters gesaget haben, er würde gleichsam wieder jung, so oft er sich mit dem Lölius, seinem guten Freunde, nach Cajeta, (welches eine Stadt und Hafen in der ungemeinen fruchtbaren, angenehmen und gesunden Landschaft Campanien ist,) begäbe. Es sind mir selbst, **fähret er fort**, gewisse Frauens-Personen bekannt, wovon eine mit hypochondrischen Anfällen, und die andre mit dem veränderten gewöhnlichen, incommodiret ist, die sich niemals in Leipzig wohl befinden. Wenn sie aber in gewisse Städte der Mark und Nieder-Lausitz sind, wo sie jährlich einige Zeit zu bleiben pflegen, so sind sie bey den besten Wohlseyn, weil die Gegenden sandiger, trocken, und dahero mit guter Luft umwehet werden. Und was das merkwürdigste dabey ist, so verspüren sie, je näher sie auf der Rück-Reise nach der Leipziger Gegend kommen, je stärker auch ihre vorigen Zufälle.„

Wie man sich zu einer Reise allemal geschickt machen muß, so muß man auch bey Reisen, die der Gesundheit zum besten angestellet werden, alles wohl einrichten. Die schönste Zeit hierzu ist bekannt. Uebel Wetter dienet weder zur Reise, noch zur Gesundheit. Man hüte sich ferner für ungesunden Winden, die einem entgegen stehen, sonderlich soll der Nord-Wind, nach Anmerkung des Patini, schwindsüchtigen sehr schädlich seyn. Hat man die Bequemlichkeit nach einer Morgen-Gegend zu reisen, ist es desto besser. Viele Speisen und hitzige Getränke sind zu meiden. Kaffee und etwas gebratenes kann das beste seyn. Auch wird nach Umständen

den vorhero eine Aderlasse oder Laxatif nicht schaden. Sorgen und Bekümmernisse darf man nicht mit auf die Reise nehmen. Wohl aber einen guten Freund, der hierbey das gröste Vergnügen ist. Die mancherley Objecta ermuntern die Gesundheit, und das Leben. Selbst das Verlangen an den bestimmten Ort zu kommen, und einen guten Freund zu sehen, kann ohnmöglich das Gemüthe allein erfreuen, daß nicht die Kraft eines solchen heilsamen Affects auch die Glieder des Leibes stärke, hingegen geniesset das Gemüthe gleichfalls von dem nach der Reise erwünschten und gesunden Schlafe die Ersetzung seiner Kräfte. Dieses hat der Gelehrte Lipsius eingesehen, und dahero in Ep. praemiss. notis in Suetonium bezeiget, daß angestellte Reisen mit Veränderung der Gegend und des Orts nicht wenig zur Gesundheit und Erquickung beförderten. Die Alten haben ehemals dieses unter die angenehmsten Sachen gerechnet, allerhand Reisen anzustellen, und öfters ihre guten Freunde zu besuchen, wie es sonderlich die Römer machten. Zu unsern Zeiten aber sind die Freundschaften so beschaffen, daß man vielmehr Reisen anstellen möchte, von ihnen zu kommen. Dafür dienet die Freundschaft mit sich selbst und das ruhige Land-Leben. Ist man so glücklich, daselbst einen Redlichen von der Art der Alten anzutreffen, so geniesset man das wesentliche einer Gesundheits-Reise. „Die Wirkung einer solchen Gemüths-Ruhe und Vergnügung, so bezeiget der oft belobte Hofmann, ist handgreiflich in manchen Curen, daß oftmals Patienten allein dadurch von Krankheiten befreyet werden, wenn sie durch

den unvermutheten Zuspruch einer beliebten und sehnlich verlangten Person ergötzet werden. „ Eine vollkomne Gesundheits-Reise beschreibet Ludwig Cornaro, welchen ich unten zu einem wichtigen Exempel anführen werde, und rechnet sie zu den Ursachen seines gesunden und hohen Alters, wenn er sagt: „ Ich reise jährlich nach einer von den nächsten Städten, nicht nur gute Freunde zu besuchen, sondern auch die treflichsten Künstler in der Bau-Kunst, Mahlerey, Kupferstechen, Musick, und dergleichen, deren jetzo eine grosse Menge sind, zu sehen und zu sprechen. Ich betrachte ihre Arbeiten, halte sie gegen den Werken der Alten, und lerne also immer etwas angenehmes. Ich besehe die vornehmsten Gebäude, Gärten und Antiquitäten, alle öffentliche Oerter, Kirchen, und Vestungen, und unterlasse nicht das geringste, was mir nicht einige Anmuth bringen könnte. Nicht weniger geniesse ich etwas ergötzendes bey der Hin- und Her-Reise an der Schönheit und Lage der Oerter, deren einige in der Ebne, andere auf Hügeln, oder nahe an Flüssen, liegen, und mit vielen Gärten, Statuen, und andern Zierden, umgeben sind.„ Man versichert von dem Menedemus, einem alten Philosophen, welcher zu Eretria ein ansehnliches obrigkeitliches Amt verwaltete, daß er, weil dieser Ort nicht gesund, und ihm seine Geschäfte nicht zugelassen, aufs Land zu gehen, sich, um des Nutzens einer solchen freyen Gemüths-Ergötzung zu geniessen, öfters mit allerley Gelehrten, und Künstlern, in der Stadt divertiret habe. „ Weil auch nicht ein jeder Gelegenheit hat, so will ich dieses mit

des berühmten Hofmanns Worten beschlüssen, weitläuftige Reisen vorzunehmen, so rathe ich doch einem jeden, dem seine Gesundheit lieb ist, daß er es so gut, als es möglich, anfange, und sich zuweilen aus der Stadt aufs Land begebe, die freye Luft zu geniessen. Ich bin versichert, daß sich der Nutzen von dieser Verändrung durch mehrere Munterkeit und Lebhaftigkeit, durch Stärkung des Appetits, und überhaupt in allen Leibes-Kräften und Verrichtungen, zeigen werde. Insonderheit rathe ich darzu solchen Personen, die ihrer Verrichtungen wegen gar nicht ins freye kommen, am meisten denen Studirenden, welche ihrer Kopf-Arbeit immerhin ergeben sind, und dadurch ihrem Leibe nicht wenig Abbruch thun. Die sollten billig das Exempel der Alten vor Augen haben, als welche sich öfters von der Stadt auf wohlgelegene Land-Güther begaben, um daselbst ihren Leib und Gemüthe desto besser und beständiger zu ermuntern, und sich von dem steten Nachsinnen auf eine Zeitlang loszureissen."

Von der Motion auf dem Lande.

Eine gute Eigenschaft des Landes verbindet sich mit der andern, und eine stehet der andern also bey, daß sie ein Leben voller Gesundheit ausmachen. Die Verändrung der Luft kann ohne Leibes-Bewegungen nicht wohl geschehen, und die Motion auf dem Lande machet sich allemal die heilsame Wirkung der Luft zu Nutzen. Die natürlichen Annehmlichkeiten des Landes, welche mit diesen Ge-

sundheits=Mitteln vergesellschaftet sind, kommen zugleich dem Gemüthe am kräftigsten zu statten. Hierinnen bestehet ja der prächtige Vorzug, welche die Motion auf dem Lande vor allen andern Arten der Leibes=Uebungen, als Tanzen, Fechten, Voltigiren, Ballschlagen, Billard, und dergleichen, wie nicht weniger vor einigen mechanischen Künsten, als Drechseln, Glas schleifen, u. s. w. die auch in das Kapitel von der Motion gehören, behauptet. Gesetzt: daß man einigen von diesen Gesundheits=Uebungen das Lob zugestehen müsse, daß sie entweder zur Schärfung der Sinnen und des Verstandes, oder auch zur Geschicklichkeit und Stärke der Glieder, mehreres beytragen könnten. Wer wird aber die Motion auf dem Lande, welche um so viel angenehm, als sie veränderlich ist, Schiffen, und Spatzierengehen, Reiten, und Jagen, von diesen Eigenschaften ausschlüssen? und dennoch finden wir etwas, daß bey den Leibes=Uebungen auf dem Lande vor den andern allen der Gesundheit wegen besonders den Rang verdienet, nämlich die äusere und freye Luft, worinnen vornämlich die Gesundheit des Land=Lebens, und folglich der dabey begleiteten Motion, überhaupt und insbesondre bestehet.

Die Bewegung des Leibes ist ja zu dem Leben des menschlichen Körpers, welches in steter Bewegung bestehet, unumgänglich nöthig. GOtt hat dißfalls dem Menschen die Arbeit nicht nur zu Erhaltung des Lebens, sondern auch der Gesundheit, aufgeleget. Um des erstern Willen müssen wohl die meisten sich der Motion bedienen. Diejenigen aber, welche das Glück von der sauern Hand=Arbeit

beit befreyet hat, denken zwar das beste Leben in einer steten angenehmen Ruhe zu finden, finden aber darinnen die mehresten Krankheiten, welche öfters zu frühzeitig das Ende ihrer Jahre beschlüssen. Wenn sie nur hier die Regeln der Natur zur Gesundheit ansehen wollten, so würden sie nicht nur den besten Lebens-Rath erhalten, sondern alsdenn das Glück, denselben mit Lust auszuüben, desto besser schätzen, weil sie weder an die Arbeit, noch so gar auch an willkührliche Leibes-Bewegungen, gebunden sind, welche wir Gesundheits Uebungen nennen, und weil sie jeder nach seiner Neigung freywillig anstellen kann, darinnen von der Arbeit unterscheiden, von denen wir auch hauptsächlich reden.

Alle dergleichen Gesundheits Uebungen und Leibes-Bewegungen haben überhaupt diesen dreyfachen Nutzen: Sie ermuntern das Gemüth und den Körper zugleich, mithin dienen sie zu den ganzen Gesundheits-Zustand des Menschen. Ferner stehen sie den Wirkungen der Arztney-Mittel kräftigst bey, oder werden selbst in einigen Krankheiten zu Arztney-Mitteln. Endlich recommendiren sie sich nach überstandnen Krankheiten, als das kräftigste Mittel zur Ersetzung der Kräfte und Verwahrung der neuen Gesundheit.

Dieses wollen wir zum Augenmerk unsrer Abhandlung von den Gesundheits-Uebungen auf dem Lande machen, und bald den Nutzen einer schwachen, bald einer starken, Motion mit ihren Cautelen berühren, zuvor aber diese nöthige Einleitung voraussetzen, und das Lob ihrer Gesundheits-Mittel zuerst anführen, welches ein ehemaliger Trierischer

Leib-Medicus, D. Fürst, in s. dial. hygiast. schon beschrieben. „Die Motion vermehret die innerliche Wärme, hilft der Dauung, ermuntert die Lebens-Geister, theilet und vertreibet alle Heterogenea durch die Wege, welcher sich die Natur bedienet. Sie machet zu allen Verrichtungen expedit und dauerhaft, wie die Erfahrung mit den Land-Leuten bezeiget, die durch stete Arbeit und Leibes-Bewegung weit stärker und muntrer sind, sich auch eines langen gesunden Lebens erfreuen. *)

In

*) Ein gewisser Moralist in England lässet sich hiervon also vernehmen: „Die Arbeit des Leibes ist zweyerley: Man arbeitet entweder sein Leben dadurch fortzubringen, oder blos zur Lust. Das Land-Leben hat einen Ueberfluß an diesen zwo Arten der Arbeit, deswegen erlanget man daselbst einen beßren Grund der Gesundheit, und geniesset seiner selbst mehr, als irgend an einem Orte.„ Ein gewisser Mann bedienete sich, wenn er in der Stadt war, dieses zur Motion, daß er alle Morgen an eine Glocke ohne Kleppel zog. „Ein gelehrter Autor hat in lateinischen ein Buch, so er σκιομαχίαν, oder den Streit des Menschen mit seinen Schatten, nennet, geschrieben, und eine besondre Art der Motion darinnen angegeben. Man hält nämlich in einer jeden Hand einen dicken kurzen Stock, an beyden Enden mit Bley beschlagen, und schüttelt sehr heftig eines gegen das andere. Diese Bewegung löset von der Brust ab, macht die Glieder geschickt, und giebt dem Menschen alles Vergnügen von einem wirklichen Treffen, ohne Gefahr getroffen zu werden. Ich wünschte, daß mehr Gelehrte, welche über unnütze Dinge disputiren, die verdorbne Zeit sich also mit ihren Schatten zu schlagen, wie es in England genennet wird, anwendeten,

sie

In diesem kurzen Vorbericht sehen wir, um die Gründe von dem Nutzen der Motion zu zeigen, die Motion selbst als ein Gesundheits-Mittel überhaupt, und als ein Genesungs-Mittel insbesondre, an, damit dasjenige, was bey beyden nach Unterschied zu erinnern, desto klärer werde. Das übrige wird aus vorhergehenden und nachfolgenden weiter erhellen.

Von den Alten ist bekannt, daß sie einen öffentlichen Ort zu dergleichen Leibes-Uebungen bestimmet hatten, welchen sie Gymnasium nenneten, wovon hernach, weil sie die übrige Diät nach deren Verhältniß einrichteten, die ganze Gesundheits-Ordnung ars gymnastica benennet wurde, welche die Italiäner, Mercurialis und Cagnati, der Engländer Fuller, und andere, weitläuftig beschrieben. Ein solches Gymnasium war in einer besondren Gegend der Stadt erbauet, und man pflegte daselbst sich zu salben, zu reiben, zu fechten, zu kämpfen, und den Ball zu schlagen. Plato und Aristoteles, die Stifter der peripathetischen Secte, pflegten an diesem Orten so gar ihre Philosophie zu lehren, woher denn viele Schulen den Namen behalten, weil sie bemerket, daß durch Spatzierengehen und andere Uebungen zugleich das Gemüth ermuntert würde. Zu unsern Zeiten werden die vielen angelegten Ritter-Akademien ziemlich damit überein kommen, allwo die Gemüths- und Leibes-Kräfte durch Verwechslung

sie würden sich dadurch von dem Dampf des Milzes, welcher ihnen selbst und dem gemeinen Wesen beschwerlich fällt, befreyen; vt sit mens sana in corpore sano. Iuv. „

lung der Uebungen ungemein gestärket und forciret werden.

Alle Glieder des Leibes sind zur Bewegung bestimmt, und keines derselben darf ruhen, wenn nicht selbst die ganze Maschine soll hier und da baufällig werden, oder gar stehen bleiben. Jede Fiber, jeder Muskel, und jedes Band der Glieder hat deswegen seine sonderbare mechanische Structur, daß sie sich bald biegen, bald ausstrecken, aufheben, oder niederdrücken, und wechselsweise ihre Bewegung, welche die Ursache ihrer Functionen ist, verrichten können. Den Nutzen aber, welchen sie von der äussren Bewegung haben, daß sie nämlich geübet und gestärket werden, theilen sie zugleich den andern Gliedern mit, folglich wird die Bewegung und der Trieb der flüßigen Theile befördert, das überflüßige weggeräumet, das grobe besser praepariret, und eine innere Verstopfung am sichersten gehoben. Der Umlauf des Bluts wird freyer, der Puls findet seinen ordentlichen Schlag, und die Natur wird am kräftigsten ermuntert. Die erhöhete Farbe des Gesichts bey und nach der Motion zeiget an, daß die Gesundheit noch in guten Stande stehe, oder sich bald wieder darein finden werde. Hingegen lässet sich der Schaden von Unterlassung der Motion gar leicht einsehen, und die Quelle, woher so viele Krankheiten entspringen, nicht weit suchen. Wie stehende Wässer faul werden müssen, so muß auch bey übermäßiger Ruhe und Commodite ein nachtheiliger Verfall der Gesundheit erfolgen. Celsus beschreibet beydes also: Diese bringet ein frühes Alter, Motion und Arbeit eine späte Jugend. Was Wunder,

der, wenn diese die Aerzte, als die wahre Panacee zum langen Leben, anpreisen!

Die Motionen sind zwar die besten, welche die ganzen Glieder bewegen, nämlich die Arbeit. Da diese aber nicht vor einen jeden ist, so darf man sich keine beständige Gesundheits-Uebungen erwählen, welche alsdenn den Namen einer Arbeit verdienen würde; hier ist der Rath mit der Verändrung; daß man bald durch Spatzierengehen und Fahren die unteren Gliedmassen, bald den Unterleib durch Reiten, bald durch eine angenehme Garten-Arbeit die Arme, bewege. Auch ist die Motion nach den Kräften des Gemüths und dem Zustand des Leibes abzumessen. Schwache Personen müssen von der gelindesten Art der Bewegung an nach und nach weiter gehen. Je stärker aber die Beschaffenheit des Körpers ist, desto mehr wird Motion dazu erfodert. Und endlich muß man bey der Motion, welche die Lust anstellet, die Gesundheit, als die Mutter der Lust, nicht vergessen. Der Mißbrauch der besten Dinge verursachet den grösten Schaden. Die Glieder werden durch unmäßige Bewegung geschwächet, die Materie des Bluts wird nicht wohl bearbeitet, und dem Blute selbst eine mächtige Schärfe beygetragen. *) **Soll man aber die Motion vor oder nach Tische anstellen?**

In Krankheiten beruhet dieses auf dem besondren Consilio der Aerzte, nach Beschaffenheit der Krankheit und des Kranken, wovon ich bald mehr gedenken werde. Gesunde aber können merken:

daß

*) conf. Excell. D. D. Plaz in Diss. de Morbis ex oblectamentis, Lips. 1748.

daß gleich vor und nach Tische allemal eine kleine Ruhe nöthig sey. In erstren Fall werden sonst die Kräfte der Glieder zu sehr geschwächet, welche zu einer so erstaunenden Verändrung der Speisen erfodert werden. Im andren Falle aber wird die Verändrung der Speisen und Erzeugung des Nahrungs-Saftes selbst verhindert, das übrige allzugrob verführet, das beste aber zur Stärkung der Säfte und Kräfte untüchtig gemacht. Die bekannte Gesundheits-Regel der ehemaligen Aerzte zu Salerno: post coenam stabis, aut passus mille meabis, ist einige Zeit nach Tische zu beobachten, weil der Körper, wenn er innerliche schwere Handlungen verrichten soll, zu Anfang derselben durch die äuserliche Bewegung gestöhret, und die Motion active und passive zu einer Zeit der Natur nicht convenable wird. Nüchtern ist keine heftige Motion vorzunehmen, man müste denn zuvor kräftige Suppen, und etwas gebratene Speisen, genommen haben. Eine starke Motion, als Reiten und Jagen, bekommt 3. oder 4. Stunden nach Tische, da schon die Erzeugung des Chyli vorgegangen, und das Geblüte alsdenn besser gereiniget wird. Sonderlich muß dieselbe nach einer Entledigung des Leibes geschehen, wie dieses bey den Alten die Athleten, oder Ringer, sehr wohl in Obacht nahmen, und bekommt vornämlich denen, die eine herrliche Lebens-Art führen. Auch ist auf heftige Leibes-Bewegung weder so gleich zu ruhen, noch zu essen und zu trinken dienlich, sondern man muß die Ruhe durch gelindes Gehen nach und nach suchen. Vor Tische ist eine mäßige Motion den Absichten der Natur sehr zuträglich, und

Abends

lbends befördert sie den Schlaf, indem die Glie-
er des Leibes nie am besten ruhen, als wenn sie zu-
or ermüdet worden. Selbst die Müdigkeit und
er Schweiß zeiget das Ende der Bewegung bey
Gesunden an. In einigen Krankheiten aber ist eher
as Gegentheil zu erwählen, wovon ich gleich mehr
eden werde, wenn ich dieses mit einem gründlichen
Judicio eines gelehrten und erfahrnen Medici, näm-
ich des Hrn. Hof-Rath-Platners, beschlüsse. Es
tehet aber solches in s. Progr. de arte gymnastica.
„Bey dem Rathe mit den Bewegungen, und Ue-
ungen des Leibes, muß der Medicus allezeit auf
ie natürliche Beschaffenheit des Körpers, den Un-
erschied der Personen, der Lebens-Art, Gewohn-
heit, Jahres-Zeit, der Luft, worinnen wir leben,
ob sie dicke, oder schwer, dinne und heilsam sey,
wohl regardiren, wenn er anders Nutzen davon er-
warten will. Denn wenn solche Motionen mit ei-
ner gehörigen Diät verbunden werden, so können
sich gewiß die meisten dabey besser, als mit allen
auserlesenen Mitteln, deren man sich insgemein be-
dienet, befinden, nichts weniger auch viele, sonder-
lich langwierige, Krankheiten glücklich damit ver-
treiben.„

Nun wollen wir von der Motion, als einem
Genesungs-Mittel, insbesondre etwas überhaupt ge-
denken. „Wenn die Menschen zu rechter Zeit Ue-
bungen des Leibes anstelleten, lässet sich Santorini,
ein sehr gelehrter Profeßor zu Padua, frey verneh-
men, würden sie die Aerzte und Arztneyen wohl
gar entbehren können.„ Hierinnen übereinstimmet
auch der alte arabische Medicus, Avicenna. Noch

höher treibet es der berühmte Verulam, der scheuet sich nicht zu sagen: daß kaum eine Krankheit zu finden seyn würde, welche nicht durch die Motion vertrieben, oder abgewendet, werden könne. Hofmann erweiset in einer besondren Diss. daß die Motion das beste Arztney-Mittel sey; wie denn die ältesten Aerzte, Hippokrates, Galen, Celsus, und Aurelianus, ihren Kranken mehrentheils Bewegung angerathen. Aesculap, welchen die Griechen vor den Erfinder der Medicin, und als einen Gott, verehreten, gestehet schon: daß wenig Krankheiten ohne Motion könnten gehoben werden. Doch gienge Herodicus, welcher über ein Gymnasium, wovon wir nur gedacht, gesetzet war, darinnen zu weit, daß er nicht nur in langwierigen (chronicis) sondern auch heftigen (acutis) Krankheiten die Bewegung des Leibes allzustark gebrauchte, und ist deswegen von dem Plato und Hippokrates mit Grund getadelt worden. Es gehöret mit unter die Vorurtheile, die weder Ueberlegung noch Raison haben, daß man den Kranken mehrentheils die Ruhe gebietet, und zwar in solchen Zufällen, wo die Natur durch das herumwerfen der Patienten im Bette, und unruhiges liegen, mit der Bewegung selbst Lindrung suchet. Nun ist zwar dieser Satz nicht als allgemein anzunehmen, indem es mehr, als zu gewiß, daß in heftigen Fiebern, Entzündungen, und hitzigen Krankheiten, die Bewegung schaden würde. Wenn aber der höchste Grad vorbey, und die Ermattung, als das erste Kennzeichen davon, sich spüren lässet, so ist eben, um diese zu vertreiben, eine sanfte Motion anzustellen,

und

und sich nach und nach zur Bewegung zu schicken, wenn man nicht neue Zufälle erfahren, oder die Cur verzögern, will. Wir wollen uns zwar hierbey nicht weiter aufhalten, weil unser Rath mit der Motion im Freyen und auf dem Lande, und in gewissen langwierigen Krankheiten, statt findet, dahero wir nur zu untersuchen haben: **Wie die Motion einen solchen Nutzen verschaffe, welchen kein Medicament oftmals ausrichten könne?** Die Krankheiten, worinnen sie dienet, wollen wir so wohl hier und in dem III. Theil mit berühren, jetzt aber noch die Cautelen bemerken, ehe wir die Motionen selber beschreiben.

Die Art der Wirkung, welche eine Motion in gewissen und langwierigen Krankheiten leistet, geschiehet hauptsächlich durch den Schweiß. Es ist aber unter dem Schweiß, von Wirkung der Arztneyen, und der Bewegung des Leibes, ein sehr grosser Unterscheid. Der erste wird in der Natur öfters zu unrechter Zeit erwecket, und richtet wohl noch mehr Schaden an. Er wirket nicht so wohl in und durch die Viscera, daß er die überflüßigen Feuchtigkeiten vertreibe, und die Verstopfungen gründlich hebe, die Materiam peccantem aber an einem Orte, wo sie auch sitze, kräftigst dämpfe; Sondern er kommt nur von dem erhitzten und in Wallung gesetzten Triebe des Blutes her, welchen ein solch schweißtreibend Mittel erwecket, wirket nur in gewisse Glieder, und durch die Oberfläche des Körpers, ja treibet wohl den Gift noch mehr ins Blut, machet die Verstopfungen und Verhaltungen noch ärger, und bringet vielmals ein gefährliches Fieber

 zuwege.

zuwege. Die Motion hingegen disponiret die Natur erst zu einer ordentlichen und stuffenweise wirkenden Action der inneren Theile zu Bearbeitung des Viscidi, erreget alsdenn einen verstärkten natürlichen Lauf des Geblüts, indem bey der Bewegung die Brust und Lunge durch die Kraft der Luft mehr eingenommen, ausgedehnet, und folglich das Athemhohlen und der Pulsschlag verstärket werden. Ferner vermehret sie den Motum peristalticum, und wirket in alle Glieder und Säfte *) durchaus, verändert die ganze Materie der Krankheit, und führet sie alsdenn vornämlich durch den Schweiß, welcher mit einer anhaltenden guten Ausdünstung unterhalten wird, heraus, schaffet das gröbere und überflüßige auf andre Art weg, und macht den Körper aufs neue zu seinen Verrichtungen geschickt, dahero Galen die Motion, als die kräftigste und sicherste Purganz derer im Leibe überflüßigen Feuchtigkeiten, recommendiret. Nur muß die Motion vor dem Paroxysmus der Krankheit geschehen, weil sich die Natur zu der Zeit selbst zu einer solchen Verrichtung accommodiret und neiget, damit gelinde angefangen, nach und nach bis zum vollen Schweiß, ja im Schweiße und gröster Ermattung, fortgeführet werden. Dergleichen heftige Bewegung, und zwar bey leeren Magen, Hippokrates fetten und wassersüchtigen Personen anrathet. Diejenigen aber,

*) Daß durch die Bewegung der Muskeln in der Motion vermittelst ihrer Wirkung in die Arterien so gar das Blut selbst verändert, und also mechanice verbessert werde, hat der gelehrte H. Prof. Quellmalz l. c. in 15. §. gründlich erwiesen.

aber, welche lange Zeit der Commodite gewohnt gewesen, und denen sonst keine Tropfen noch Pulver helfen, müssen nothwendig von dem gelindesten Grad der Motion anfangen, und nach und nach weiter gehen. Es ist gut, wenn der Körper selbst zuvor zur Motion geschickt gemacht, die Schärfe gedämpfet, die üble Beschaffenheit des Geblüts verbessert, und dabey die Oefnung des Leibes besorget, wird. Und da bey der Bewegung auch auf die Luft zu sehen, so wird dieselbe, von Mitternacht dem Morgen zu, bequem angestellet werden. Auch muß man mit der Motion, welcher man sich zur Stärkung, nebst kräftigen Speisen und Arztneyen, bedienet, etwas anders verfahren, als wenn man mit derselben Krankheiten vertreiben will. Hier bekommen die gelindesten und angenehmsten Motionen, sonderlich auf dem Lande, am besten. Wir wollen hier und da noch etwas berühren, wenn wir nunmehro zu den Motionen auf dem Lande selber kommen, und von der schwächsten derselben den Anfang machen. Diese ist das Fahren auf dem Wasser, oder:

Das Schiffen,

welches auch seinen besondren Nutzen wegen der auf dem Wasser befindlichen Luft hat, die sich von der Luft auf dem Lande dadurch unterscheidet, daß jene mehr feuchte, und diese viel trockene, Theilgen in sich fasset, dahero die erstre besonders hagern und hectischen, die leztre aber solchen Personen, die viel Feuchtigkeiten, und Fluß-Krankheiten haben, am besten bekommt. Hiervon habe ich in voriger Abtheilung gehandelt. Jetzo sehen wir nur das Schif-

 fen,

sen, als die gelindeste Art von der Motion auf dem Lande an, welche hauptsächlich dem Unterleib zu statten kommt, und den Magen zum Appetit stärket. Dahero finden wir, daß Schif-Leute vielmals noch stärker und lebhafter sind, als Leute auf dem Lande. Diesen kann das Schiffen selbst, als ein angenehmer und gesunder Zeit-Vertreib, um in der grösten Hitze frische Luft zu schöpfen, und solche zu verändern, verstattet werden. Der Kahn ist hierzu am bequemsten, und wenn man selber rudert, so geniessen gleichfalls die oberen Theile, die Brust, Lunge, und das Haupt, nicht geringe Vortheile von der Bewegung. Auch ist das Schiffen auf Flüssen, die zum Meere gehen, vor Gesunde heilsamer, als auf dem Meere selbst, welches die Alten, wie schon gedacht, in der Wasser- und Lungen-Sucht recommendirten. Zu unsern Zeiten aber, wird deswegen niemand nach Indien schiffen, es möchte auch damit ein grosser Unterschied seyn. Leuten, die nach einer überstandnen Krankheit sich ein Divertissement zur Lust und Gesundheit zugleich machen wollen, ist solches bey heitern Himmel und temperirten Wetter wohl zu vergönnen, wenn man zumal versichert ist, daß die Lüft auf dem Wasser sich sonderlich zu ihren Gesundheits-Umständen schicket. Bey einigen anderen kann es oftmals nicht rathsam seyn, sich lange auf dem Wasser aufzuhalten. Denen, welche Anfälle von langwierigen und trocknen Husten, Engbrüstigkeit und Lungen-Sucht, verspüren, wird gleichfalls ein mäßiges und tägliches Schiffen, sowohl wegen der Luft, als sanften Bewegung, vielen Nutzen verschaffen, und dieses kann um die

Mittags-

Mittags-Zeit in einigen von Bäumen und Sträuchern werfenden Schatten am besten geschehen. Nur muß man damit anhalten, und eben die Vorsicht, welche bey allen Curen nöthig ist, auch hier gebrauchen, sonderlich in einigen eingewurzelten Krankheiten. Denn ich kann nicht dafür, wenn gewisse Patienten, zumal ohne besondern Rath, einigen Nachtheil davon vermerken sollten. Ich rathe ja nur zu schiffen, sich aber nicht zu ersäufen. Eine etwas stärkre Motion ist

Das Fahren in Carossen,

welches mehr der Bewegung, als der Luft, wegen seinen sonderlichen Nutzen hat. Dergleichen Motion ist nicht nur zur Commodite und Lust, sondern auch der Gesundheit wegen, schon vor Zeiten angestellet worden, wie wir bey dem Galen, Herodotus, Mercurialis, und vielen andern, finden. Der ganze Leib, sonderlich der untere Theil desselben, wird erschüttert, alle innere Glieder beweget, die Cruditát in Magen bezwungen, und der Appetit erwecket, doch unterscheidet sich diese Art der Bewegung von andern dadurch, daß hier die Lunge mehr ruhet, hingegen das Geblüte, welches in der Pfort-Ader stocket, besser auseinander und fortgetrieben wird, daher ist es sonderlich denen Haemorrhoidariis zuträglich, und weil es gleichen Nutzen mit dem Reiten hat, so wird es solchen Personen, die nicht wohl reiten können, recommendiret. Dahero dienet es dem Frauenzimmer in verschiedenen Umständen, in der Bleichsucht, Hysterick, und währender Schwangerschaft. Boerhaave rathet einer Dame, die ei-

nigemal abortiret, in ihren wiederum geseegneten Zustande zur Stärkung der Glieder täglich mäßiges Fahren. Geschiehet dieses endlich über rauhe und unwegsame Oerter, so stehet diese Motion, nach vieler Erfahrung der Aerzte, der Natur, zu Einrichtung des Gesunden, auch bey jungen Frauens-Personen, auf die beste und kräftigste Art bey. Dieses noch nicht genug. Wir können diese Motion auch vor das gewisseste Mittel wieder die bösen Weiber anpreisen, welches man nun so lange und so vergeblich gesuchet hat. Wenigstens weiß ich ein Exempel, daß ein gewisser Herr allemal, wenn das Wetter angieng, den Kutscher anspannen, und vor der Thüre halten lassen, da sich denn gar bald der Himmel wiedrum erheiterte; Man wird vermuthlich sagen; wie viel Kutschen würden da stehen müssen? ich kann aber versichern, daß dieses Hülfs-Mittel oftmals vor der Application noch, und nur mit drey Worten, seinen Effect gethan. Gesetzt, daß es nur auch palliativement diente, so haben doch sokratische Männer unterdessen ein Haus-Mittel, bis sie können die Haupt-Cur, das Land-Leben, erwählen; dahero muß man wohl dieses als gesund anpreisen, und ich habe solches wegen der Vollkommenheit gegenwärtiger Schrift, und um die Gesundheit, nicht verschweigen können.

In Betrachtung, daß durch diese Motion die verstopften Quellen der Säfte am sichersten eröffnet, und die Natur in volle Stärke wiedrum gesetzet, werde, rathet es der berühmte Practicus in London, D. Sydenham, in der Schwindsucht und eingewurzelten Colick. Nenter, ein ehemaliger Doctor

ctor in Straßburg, in anfangender Wassersucht. Avicenna in kalten Fiebern. Es ist aber, nach Beschaffenheit der Krankheit, von den gelinden bis zum stärksten Grad damit zu verfahren, und täglich einige Zeit anzuhalten. Podagristen, und die mit dem Stein, und sonderlich dem Blut-Harnen, beschweret sind, dürfen diese Motion, zumal wenn sie heftig ist, nicht allemal mit guten Succeß vornehmen. Hingegen solchen, welche mit vielen Fett- und Feuchtigkeiten eingenommen, wird diese Motion zu Verbesserung ihres Gesundheits-Zustandes ungemein bekommen. Da die Bewegung durch Fahren diese Kraft hat, das stockende Geblüte fortzutreiben, die Nerven zu stärken, und die Lebens-Geister zu ermuntern, so wird sie dem Gebrauch der Arztney-Mittel so wohl kräftig beystehen, als auch seiner übrigen Eigenschaften wegen vor sich zu einem Gesundheits-Mittel dienen. Seneca ließ sich, seiner Engbrüstigkeit wegen, fahren. Der Geschicht-Schreiber, Dion Caßius, erzehlet von dem Römischen Kayser, Claudius, daß er sich bey Schwachheit des Haupts und Zittern der Hände stets in einem verdeckten Wagen fahren lassen. Auf diese Weise hat sich gleichfalls Plinius, wegen Schwäche der Augen, des Fahrens bedienet.

Vielleicht möchten es einige vor einen Mangel in der Beschreibung des gesunden Land-Lebens halten, wenn ich nicht die so beliebte Schlitten-Fahrt zu den Motionen auf dem Lande rechnen wollte. Oder meynet man, daß dieses dem Medico nichts angehe, so wünsche ich, daß man nicht aus Motionen, die zur Lust angestellet werden, mancherley

Schaden erfahren, *) und alsdenn den Medicum suchen, möge. Man hat sich also wohl zu verwahren, wenn besonders die Luft entgegen stehet, sonst kann man leichtlich Catarrhe, schädlichen Husten, und andere Zufälle, bekommen. Diejenigen, welche auch sonst mit starker Engbrüstigkeit, Podagra, Fluß, und Glieder-Krankheiten, beschweret sind, müssen sich überhaupt vor grosser Kälte hüten, und können also die Schlitten-Fahrt dermalen nicht wohl geniessen. Wer sich dergleichen Motion um der Gesundheit willen bedienen will, muß favorables Wetter in Acht nehmen. An statt spirituöser Getränke bekommen gute Suppen und Chocolade. Sonst hält diese Art der Bewegung das Mittel zwischen dem Schiffen und Fahren in Kutschen, und ist desto besser, wenn man das Pferd selbst dabey regieret. Wenn lange damit angehalten wird, so schadet der Schnee den Augen, doch habe ich noch nicht gehöret, daß einer davon blind, wohl aber, daß viele dadurch lahm, geworden.

Spatzierengehen

gehöret unter die unentbehrlichsten und angenehmsten Gesundheits-Uebungen. So lange als der Patiente noch gehen kann, darf man nicht zweifeln, daß die Maschine des Körpers stille stehen werde. Die Alten liessen so gar ihre Kranken, welche nicht gehen konnten, tragen. Das Spatzierengehen bekommt den schwächsten Personen, und die in gewissen, sonderlich Nerven-Krankheiten, keine stärkre Motion vornehmen können. Es giebt das beste Verwahrungs-Mittel der Gesundheit bey denen Gelehr-

*) vid. D. Plaz in Diss. de incommodis ex oblectamentis, 1749.

lehrten ab, weil dadurch, nach des oftangeführten Plinius, Seneca, und anderer, Versichrung, selbst die Gemüths-Kräfte wundernswürdig verstärket werden. Sonderlich sollen sich Studirende, nach dem Rath des Leonides, nicht eher zu Tische setzen, bis sie sich eine Stunde zuvor einer mäßigen Motion bedienet. Diese bekommt auch Abends zur Ruhe und zum Schlafe vortreflich, weil öfters die Reihe der Gedanken Gelehrte zu einigen Nachtheil der Gesundheit nicht schlafen läßet. Es ist bekannt, daß ehemals die Pythagoräer eine besondre Gesundheits-Ordnung führeten, wo alle Stunden des Tages zu ihren Verrichtungen und Motionen, dabey nach der Lebens-Art in Essen und Trinken genau eingetheilet waren, zudem vermeideten sie alle Speisen von Thieren, und bedienten sich nur der ordinairen Land-Kost, daher sie denn ein hohes und gesundes Alter erreichet.

Pechlin, ein gelehrter Leib-Medicus des Herzogs zu Hollstein-Gottorp, rühmet den Nutzen von dem Spatzierengehen überhaupt also: „Daß es gewiß auf eine vortrefliche Art den Geschäften der Natur, so wohl zur Dauung und Nahrung, als in den Abscheidungen, beystehe, und wenn etwas von dicken Säften übrig seyn sollte, dasselbe glücklich verdinne.„ Dieser Vortheil zur Gesundheit wird um so viel prächtiger, wenn der Spatziergang in Freyen geschieht, wo zugleich die Luft ihre heilsame Wirkungen spüren lässet, und das Gemüthe sich auf mancherley Art, nach Verändrung der Objecte, ergötzet. Dahero Plato schon das Spatzierengehen auf dem Lande, und in Alleen, denen in Städten,

Städten, Zimmern, und verdeckten Gängen, vorgezögen, und Plutarch berichtet, daß es unter den Griechen fast zum Sprüchworte gewesen: An Meer Ufer gehen und schiffen. Der Spatziergang auf dem Lande ist um desto angenehmer, je mehr derselbe kann verwechselt werden, da man diese Motion bald in Thälern und Auen, bald auf Hügeln und Bergen, bald an flüssenden Wässern, und auch über unwegsame Oerter, anstellen kann. Nicht nur Diana, sondern auch Pallas und Apollo, lieben die Wälder. Auch hierinnen kann ein guter Spatziergang mit sonderlichen Vergnügen natürlicher Dinge geschehen. Dieses alles aber hat zur Gesundheit vielfälltigen Nutzen. Durch diese Motion überhaupt wird das Gemüthe in Ordnung gesetzet, die Lebens-Geister gesammlet und ermuntert, dabey aber auch die Natur des Körpers vortreflich erquicket. Insbesondre rathet Hippokrates das früh Spatzierengehen in Kopf- und Glieder-Weh, damit durch die frische Luft die Säfte verdinnet, und den Ausfegungen der Natur wohl beygestanden, werde. Desgleichen recommendiret er übermäßig-gesetzten Personen früh Morgens an Flüssen, und Abends an Bergen, zu gehen, nach beyden aber den Schlaf, der sonderlich früh stark austrockene. Mercurialis verspricht dem Frauenzimmer durch öftres Spatzierengehen über rauhe unwegsame Oerter und Berge einen gewissen Nutzen, zu dem, worinnen ihre Gesündheit bestehet.

Wenn man in langwierigen Krankheiten den herrlichen Nutzen von dem Spatzierengehen erhalten will, so muß man damit so wohl anhalten, als

auch

auch nach und nach so verstärken, daß es einem ordentlichen Laufen ähnlich siehet. Dahero dienet es in verlohrnen Appetit, wo denn die Cruditäten bezwungen, die Verstopfung gehoben, und die Gefäße gestärket, werden. Celsus und Avicenna rathen es dahero in allen Magen-Beschwerungen, in Schnupfen und Fluß-Fiebern. Kein Hypachondrist wird sein Uebel können loß werden, als durch Bewegung, wozu ihm das Spatziren gehen zu erst zu recommandiren, wie denn Plutarch versichert, daß ehedem schon die Aerzte in dieser Krankheit nichts weiter, als anhaltendes Spatzirengehen, gerathen, und weil hierbey gemeiniglich eine Verhärtung des Milzes ist, so bezeuget Plautus, daß diese Motion hierzu am besten bekomme. Galen recommendiret es in allzugroßer Corpulenz, und bey vielen Feuchtigkeiten, in kalten Fiebern und der Schlafsucht. Der ehemalige gelehrte Prof. Schneider in Wittenberg rühmet anhaltendes Spatziren gehen in Kopf- und Brust-Beschwerung, ferner in anstoßenden Flüßen, womit dieselben von dem Haupte und Brust abgezogen und durch Beyhülfe der Natur endlich können gar vertrieben werden. Und wer wird alles Gute, so diese Gesundheits-Uebung verschaffet, erzählen können? Weil sonderlich die unteren Glieder beweget werden, so wird durch diese Bewegung am sichersten die Verhärtung der Drüsen und Stockungen der Feuchtigkeiten gehoben. Dahero dienet es in Geschwulst an Füßen, wenn sie von langen Stehen und Sitzen entstanden, desgleichen auch in anfangenden Podagra, welches man gewiß bey Zeiten damit abweisen kann. Die-

se

se Motion hat so etwas angenehmes, daß sie wieder die Trägheit und Müdigkeit der Glieder, so von andern Bewegungen entstanden, dienet, das Gemüthe in jähling erregten Affecten, den Schreck und Alteration, einigermaßen beruhiget und verhindert, das dadurch der Körper nicht allzuheftig angegriffen werde. Bey Bade-Curen und Gesundheits-Brunnen ist das Spatzirengehen zu erst, ehe man sich des Reitens bedienet, und als unumgänglich, damit zu vergesellschaften.

Reiten

ist sonderlich eine zu langwierigen Krankheiten bequeme Motion. Dahero bekommt es unter allen denen, welche mit der Hypochondrie beschweret, und wenn die Viscera des Unterleibes mit häufigen und dicken Säften verhärtet sind, daß ich mich sogleich des H. Geheimden Raths Hofmanns Worte hiervon bediene. Wir wollen Gesunden nicht erst diese anmuthige Leibes-Uebung anpreisen, welche eben den Nutzen, und zwar wegen einiger Dinge in einen stärkern Grade, als das Spazirengehen, hat. Wir wollen ihnen vielmehr den Schaden zeigen, welcher aus der Heftigkeit und dem Mißbrauch dieser Motion erfolget. Fontanus erzehlet in s. Consil. daß ein gewißer Adlicher von vielen Reiten steril worden, weil der Körper, und zwar besondere Glieder, nicht wenig geschwächet würden. Bey vollblüthigen Personen kann es leichtlich Verblutungen, Entzündungen, Nierenweh und Fieber, erwecken. Desgleichen giebt es Gelegenheit zu nächtlichen Entschüttungen, welche die Natur ungemein schwächen.

Diejeni-

Diejenigen, so Brüche und verstauchte Glieder haben, müßen gäntzlich davon abstehen. Auch ist in vielen Krankheiten, z. E. in eingewurzelter Steinbeschwerung, Podagra, wie nichts weniger in Brust-Kranckheiten, Klugheit dabey zu brauchen. Antyllus, und viele andere Griechische Aerzte, haben es nicht allemal in der Schwindsucht rathen wollen. Mäßiges Reiten bekommet allen Gesunden, die ihren guten Zustand mit einer frischen Farbe und muntern Vigeur bezeigen, und wir rechnen es billig zu den angenehmen Motionen auf dem Lande.

Nur müßen wir uns über die Lobes-Erhebungen verwundern, welche die Aerzte, nach ihrer Erfahrung, dieser Gesundheits-Uebung beylegen. *) Fuller, Baynard und Sydenham, drey berühmte Medici in Engelland, versichern uns, daß sie solche Krankheiten dadurch ganz allein glücklich vertrieben, welches sie sonst mit keinem Arzteney Mittel ausrichten können. Baglivi tritt mit seiner Erfahrung bey, und gestehet, daß die unheilbaresten Krankheiten, wenn alles vergeblich gewesen, endlich noch durch das Reiten gehoben worden. Ehe wir aber die Krankheiten benennen, worinnen man es

*) H. D. Bäyer, Leib-Medicus bey dem Marggrafen von Onolzbach, und ber. Prof. zu Altorf, hat eine Diss. de equitationis vtilitatibus et incommodis. 1708. und der noch in guten Ruhm stehende H. D. Adolphi in Leipzig de equitationis eximio usu med. 1713. geschrieben. Zu geschweigen, was unter den Holländern von Heemskerk, Bailly und Bourdelin unter den Franzosen, und von den Schweden der gelehrte Rosen davon bekannt gemacht.

es als ein Specificum rühmet, so müßen wir die Beschaffenheit und gewiße Art der Wirkung von dieser Motion einigermaßen beschreiben.

Wenn die Patienten eine Zeitlang spatzieren gegangen, so können sie sich getrost aufs Pferd setzen, und wenn sie dieses eine Weile trottiren lassen, endlich in vollen Gallop die entflohne Gesundheit einzuhohlen suchen. In Engelland hat man den Kranken, welche so schwach waren, daß sie sich kaum aufrichten können, zu erst das Fahren, alsdenn das Gehen, und endlich das Reiten, angerathen. Bey dem Reiten *) kommt es vornämlich auf ein gutes Pferd an, und hierzu ist eines am besten, welches anhält, und keinen starken Paß geht. Auch ist den Patienten zu rathen, daß sie ohne Steigbügel reiten, weil man alsdenn fester sitzen, und der Unterleib stärker gerüttelt werden, kann. Will man endlich Gallopiren, so wird zur Vorsorge eine gute Binde um den Leib dienen.

Wer wird aber die Art der Wirkung von dieser herrlichen Motion beßer beschreiben, als Sydenham selbst, welcher sie so sehre lobet. **) Wenn wir überlegen, sagt er, daß der untre Theil des Lei-

*) Da das Reiten einen so vortreflichen Nutzen hat, dabey aber noch mit vielen Unbequemlichkeiten verbunden ist, so hat, um diese zu vermeiden, und jenen glücklich zu erreichen, der schon mit allen Ruhm angeführte H. Prof. Quellmalz eine Maschine zu dieser Motion, die in einer Schaukel bestehet, erfunden, und eine Beschreibung davon, die ich oben angeführet, heraus gegeben.

**) in obs. med. circa morb. acut. hist. et cur. S. IV. c. 7.

Leibes, welcher die organa secretoria in sich faßet, durch diese Uebung am meisten erschüttert, und dadurch in einem Tage etliche tausendmal beweget, wird, werden wir ganz leichte glauben, daß damit jeder Auswurf von den Säften, wo er sich nur eingesetzet, ausgetrieben, und, welches noch mehr Aufmerksamkeit verdienet, durch diese heftige Erschütterung die natürliche Wärme so verstärket werde, daß diese Werkzeuge ihr Amt, welches ihnen die Natur zur Reinigung des Geblüts übergeben, aufs neue verrichten können. Das Reiten hat dieses vor andern Motionen zum voraus, daß es sonderlich die Verstopfung der Adern im Gekröse, wie auch in Gedärm-Drüsen, der Gallen-Blase, und aller Viscerum, gründlich hebet, dadurch den Chylum verdinnet, das subtilisirte dem Blute beymischet, aus dem Blute selbst durch Bewegung der Arterien und verstärkten Ausdünstung den wäßrigen und scharfen Theil austreibet, und den ganzen Umtrieb des Bluts befördert. Hierbey empfindet auch die Lunge nicht geringen Nutzen, da ihre Gefäße neue Luft in sich schöpfen, welche den Wirkungen der Motion und den Verrichtungen des Lebens, als dem Athemhohlen, kräftigst beystehet. Was Wunder demnach, wenn es solchen wundernswürdigen Nutzen in Krankheiten verschaffet! Dahero schon die ältesten Aerzte das Reiten in vielen Zufällen, kalten Fiebern, langwierigen Kopf-Weh von Feuchtigkeiten und der Schlafsucht, recommendiret. In Ausdunstung des Leibes, in verhaltnen oder übermäßigen Waßer-Laßen, zu Treibung des Steins aus den Nieren in die Blase, und in der Gelbensucht,

welche von Verstopfung der Gallen Gänge entstanden, besonders, erweiset es überall augenscheinlichen Nutzen. In Betracht, daß die Intestina durch diese Leibes-Bewegung sonderlich afficiret und von allen Verhaltungen befreyet werden, hält der grundgelehrte Boerhaave das Reiten vor das vornehmste stärkende Mittel dieser Gefäße. Hierinnen tritt der große Sydenham mit seiner Versicherung bey, und kann es dahero nicht gnungsam in der Darm Gicht, oder eingewurzelten Colick, loben. Nenter rühmet es in der Drommelsucht. Es dienet auch den güldnen Ader-Fluß zu provociren. In Ansatz zur Hectick, Gicht und Podagra, ist es oft glücklich anzuwenden. Ramazzini rathet in der Waßersucht, die aber noch nicht alt und mit einem hectischen Fieber verwandt seyn muß, das Reiten in großer Sonnen-Wärme, wo alsdenn vieles Waßer durch häufigen Schweis und Urin abgeleitet wird. Den Kopf muß man hierbey wohl verbinden, damit demselben die Hitze nicht schade. Sydenham hält das Reiten in der Schwindsucht vor ein solch gewißes Hülfs-Mittel, als der Mercurius in der venerischen Krankheit, und die Chinchina in kalten Fiebern, sey, worinnen ihm gleichfalls der sehr berühmte Königl. Preuß. Hof-Rath Stahl beyflichtet. Nur muß man auf die Umstände gnau dabey sehen. Weil auch in der Schwindsucht und dem Abnehmen die Lunge mehrentheils nicht richtig ist, so hält Baglivi das Reiten vor das beste, wenn das Pferd über frisch geackerte Furchen steiget, wo nicht nur die Bewegung und Erschüttrung des Unter-Theils des Leibes verstärket, sondern auch die aus dem frischen

Erd-

Erd-Reich dringende und mit den heilsamsten und kräftigsten Theilgen angefüllte Luft durch verstärktes Athemholen in die Lunge zu deren grösten Gesundheit eingezogen wird. Der oft angeführte und belobte Sydenham berichtet einen Casum von einem Hypochondrischen Patienten, welcher nicht nur alle Gesund-Brunnen überdrüßig getrunken, sondern auch die besten Mittel vergeblich angewendet, und von allen vor einen Candidatum Mortis gehalten worden. Dieser habe sich, nach seinem Consilio, des Reitens bedienet, und sey dadurch, wieder aller Vermuthen, zu voriger Gesundheit gekommen, habe sich auch lange Zeit darnach, recht wohl befunden. Man muß nur erst mit mäßigen Stationen anfangen, oder kann sich gar auch der Esel, weil der Trab nicht so stark ist, bedienen. Baglivi hat dieses Reiten einem Adlichen und anderm vornehmen Herrn, die beyde mit der hypochondrie incommodiret gewesen, bey freyer Luft und auf dem Lande angerathen, und sein Rath ist mit dem glücklichsten Erfolg der Gesundheit ausgeschlagen. Bey Gebrauch des Spaa-Waßers und andern Brunnen Curen gebiethen alle Aerzte, als eine höchstnöthige Beyhülfe, das Reiten. Die stärkste Motion auf dem Lande ist endlich

Das Jagen.

Celsus will, daß ein Gesunder zuweilen jagen solle, und wenn man den Nutzen betrachtet, welchen Galen und Mercurialis hiervon so einnehmend beschreiben, so möchte man sich gleich zur Jagd bequemen. Inzwischen würde diese Leibes-Uebung,

 wenn

wenn man auch die Gesundheit und den Rath der Aerzte dabey vorschützen wollte, nicht jedermann erlaubet. Weil es nun eine Motion ist, womit sich öfters Durchlaüchtige Personen und der Adel auf dem Lande zu divertiren pflegen; so wird es mir erlaubt seyn nur davon ein geringes zu berühren, da sonst der Vorwurf von der Unvollkommenheit des gesunden Land-Lebens noch größer werden möchte. *)

Jagen ist ohnstreitig die stärkste Art von Gesundheits-Uebungen, welche noch viele Grade über dem Reiten stehet. Es werden nicht nur alle Glieder in Bewegung, sondern auch die Gemüths-Kräfte in völligen Muth, gesetzet, und die Sinnen aufs kräftigste afficiret. Dahero es mit recht den Namen einer fürstlichen Lust und Heldenmäßigen Motion verdienet. Ob diese großen Herren dienlich sey? wollen wir ihren Leib-Aerzten zu entscheiden überlassen. **) Es ist überhaupt gewiß, daß in Ansehung der übrigen prächtigen Lebens-Art auch ungemeine Gesundheit-Uebungen zu Beschützung ihres höchstschätzbaren Lebens erfordert werden.

Der

*) Vom Jagen hat Ronßeus ein Carmen L. B. 1589. und Wolfgang Sebastian Jäger von Jägersdorf eine Diß. Altorf. 1734. geschrieben.

**) vid. Ioh. Bapt. Thom. Martinenq an Magnatibus venari saluberrimum? Paris. 1737. et Excell. Plaz in Diss. med. de usu medico exercitiorum corporis, potissimum personis illustribus familiarium, Lips. 1726.

Auch findet man einiges in einer Schrift, die unter dem Titel herausgekommen: L' art de conseruer à la Sante des Princes, et des personnes du premier Rang, etc. à Leide, 1724.

Der ehemalige gelehrte Prof. Lange in Leipzig versichert, daß einem Fürsten nichts mehr zur Gesundheit diene, auch keine Uebung besser anstehe, als das Jagen. Plato hat es bey Erziehung der Prinzen recommandiret. Wir haben Exempel, daß viele Monarchen, von welchen die Glückseeligkeit ganzer Länder dependiret, das Jagen geliebet, und ein ansehnliches muntres Alter erreichet. Ich dürfte weder den Kayser Alexander Severus, den großen Alexander, einen König in Macedonien, den Darius, einen König in Persien, den Prinz Jason in Theßalien, und den Xenophon, anführen, welcher so gar selbst ein Buch von der Jagd geschrieben; noch auch disfalls der grösten Kayser in Deutschland, Karl des großen, des Ferdinand, und anderer hohen Häupter, mit dem würdigsten Ruhm gedenken, wenn ich mich nur auf das einzige Exempel Johann George des Ersten Glorwürdigsten Andenkens beruffe, welcher höchstgedacht bis in das 71. Jahr bey vollkommner Gesundheit gelebet, und zu seiner Zeit vor den geübtesten Jäger in Deutschland gehalten worden. Wenn Julius Cäsar von der Stärke der alten Deutschen redet, so meldet er dabey, daß ihre Lebens-Art in Jagen und allerley Krieges-Uebungen bestehe, worzu sie sich von Jugend an gewöhnet. Heinrich Ranzow, ein Hollsteinischer Ritter und Dänischer Obrister, beschreibet in s. B. de conseruanda valetudine, so er seiner Familie hinterlaßen, den ganzen Nutzen des Jagens. „Durch das Jagen werden nicht nur die gesamten Glieder und Kräfte des Leibes gleichsam geübet, sondern auch die Gemüths-Eigenschaf-

schaften mit einer wunderbaren Lust afficiret. Es macht, daß wir vor Tage noch munter werden, Frost und Hitze vertragen können. Der Körper des Jägers wird in völlige Bewegung gesetzet, und dadurch die innere Wärme vermehret, die Fertigkeit der Sennen, Armen und Hände geübet, das Gehöre durch das Rauschen in Wäldern, schallende Hörner, Getöse und Bellen der Hunde, geschärfet, die Brust und Werkzeuge der Rede durchs Jagd-Geschrey beweget. Bey dem Verfolgen des Wildes wird man zu jeder Verrichtung expedit. Die Augen werden in der Geschwindigkeit und Hurtigkeit des Wildes, in dem Laufen und verfolgen der Hunde ungemein geschärfet. Das Gemüthe wird oft wegen einer gewißen Zahl im Jagen, wegen Entgegenstellung des Wildes erhitzet, und denn, durch die Begierde und Ehre angetrieben, mit Erlegung deßelben wunderbarlich eingenommen. Indem der Jäger mit gesamten Leibes-Kräften und Anstrengung aller Nerven den Kampf angehet, so wird ihm diese Arbeit, nach ihrem Ende, zu einer besondern Freude. Auch werden alle Gliedmaßen durch die wechselsweise Bewegung weit dauerhafter und stärker. Der Athem aufs heftigste beweget. Die Muskeln und Nerven gewaltig angestrenget. Zu geschweigen, was vor Anstalten in Aufsuchung des Wildes, vor Fleis in Aufstellen, und Beschäftigung in Jagen und Verfolgen, die Jagd-Lust erfodre, wodurch der Verstand zu vielen andern Dingen geübet wird. „

Es ist aber auch der Nutzen von der frischen Luft, die in Wäldern geschöpfet, und mit dieser Motion

tion verbunden, wird, nicht gering zu schätzen. Rhazes, ein alter arabischer Arzt, berichtet, daß in einer gewißen Pest alle, außer die Jäger, geblieben. Ich habe schon oben die Beschaffenheit der Wald-Luft angeführet, und gesaget, daß sie nach der Verhältniß der Wälder dicke, schwer und kräftig sey, und eine gute, nicht aber übermäßige, Leibes-Bewegung erfordre. Da nun eine solche Luft einen guten Wiederstand der Lunge verlanget, und dieser durch mäßige Bewegung erhalten, durch heftige aber geschwächet und verlohren, wird, so muß wohl als denn diese Luft die zarten Lungen-Gefäße angreifen und verletzen, besonders wenn der Wind noch darzu entgegen stehet. Hieraus erfolgen gefährliche Brust-Krankheiten, Entzündungen und Blutstürzungen, sonderlich bey vollblüthigen Personen, und wenn sie zumal vorhero starke Weine zu sich genommen. Eben so viel schadet es auch, wenn man auf eine dergleichen heftige Motion so gleich ruhen, und die große Erhitzung mit einem kalten Trunk geschwind kühlen will. Man kann es dahero wohl glauben, was Jovius erzehlet, daß Hysmael Sophy, ein König in Persien, von vielen Jagen das Leben eingebüßet.

Aus diesen Bemerkungen kann man sich einige Gesundheits-Regeln bey der Par force-Jagd, und andern Arten derselben, als dem Reigerbaitz, und dergleichen, ziehen, wenn man, wie es wohl billig ist, bey der Lust zugleich auf die Gesundheit regardiret.

Hieraus kann man auch ermeßen, ob das Jagen mit List, dem Jagen durch Gewalt, der Ge-

sundheit wegen, vorzuziehen? Dahero dienet das Jagen weit beßer, wenn man nicht beständig zu Pferde sitzet, sondern zu Fuße durch das Gehäge und Wälder streichet, wie dergleichen bey dem Auer- und Birkhahn-Palz zu geschehen pfleget, und wo man zugleich, da der frühe Morgen hierzu angewendet werden muß, die frischeste und reinste Luft genießet, die vor Gesunde nicht gnung zu loben ist. Eine Art von dem Jagen mit List giebt auch der Vogel-Heerd, und das Fischefangen ab, wo bey beyden die Munterkeit des Gemüths und Behendigkeit der oberen Glieder nicht wenig exerciret werden.

Mercurialis lobet das Jagen in verlohrnen Appetit. D. Schneider verbietet es hingegen denen, so mit Flüßen beschweret sind. Baglivi rühmet das Jagen durch anmuthige Oerter in Gemüths-Kranckheiten. Dolaeus, ein ehemalicher Rath und Leib-Medicus bey dem Land-Grafen von Heßen-Caßel, in der Melancholie. Der annoch mit vielen Ruhm bekannte Hof-Rath Stahl meldet von einem großen Herrn und Weltberühmten Helden, *) daß derselbe bey der übelsten Constitution und gefährlichsten Neigung zur Schwind-Sucht und Hectick durch Reiten und Jagen seinen Gesundheits Zustand recht wohl verbeßert habe. Ob dieser Gesundheits Uebung sich auch die Damen bedienen können? darüber hat sich der berühmte Lemery in Paris eingelaßen. **) Doch darf man sich nicht wun-

*) in Diss. de motus voluntarii usu med.

**) in quaest. in schol. Medicor. prop. *an aulicis mulieribus sanitas firmior ab equestri venatione?* Paris. 1741.

wundern, weil Plato schon den Jungfern das Reiten erlaubet.

Der ehemalige berühmte Kanzler in Engelland, von Verulam, beschreibet die Handlungen unsers Körpers sehr artig, wenn er sagt: „Eine jede Verrichtung, Bewegung und Trieb, sey nichts anders, als eine Jagd.„

Da ich nunmehro diese unvollkomne Abhandlung von den Gesundheits-Uebungen auf dem Lande beschlüßen will, so kommt mir eine auserlesne Stelle in des H. Geheimden Rath Hofmans Diss. de motu, optima corporis medicina, unter die Hand, welche sich gar füglich hierbey zu einem kurzen Anhang schicket. „Es gehören hieher, saget dieser große Medicus, auch allerley Arbeiten der Tagelöhner und Bauern. Dergleichen sind Dreschen, Holzsägen, Mähen, und der Feld-Bau. Diese Dinge, wie viel sie zu einem langen und gesunden Leben beytragen, beweiset die Härte und unverlezte Gesundheit derer Leute auf dem Lande. Denn, was bey denselben in den Säften verderbet ist, das wird durch diese Bewegung der Glieder vermittelst des Schweises bequem fortgetrieben und die Verrichtung des Magens ist bey denselben so kräftig, daß sie grobe und geringe Kost recht wohl bezwingen können. Zu merken: daß diejenigen, welche sich an diese Lebens Art zuweilen nach und nach gewöhnen, und der Gesundheit wegen sich in dergleichen Bauer-Arbeiten üben, viel lebhafter und gesünder werden.„ Aus diesen wollen wir einige auslesen, und

Von Gärtnereyen, Ackern, Kegelschieben und Holz=Sägen

etwas weniges gedenken. Die beyden ersten Gesundheits-Uebungen haben ihre Wirkung überhaupt sonderlich der Luft, die zwo letzeren aber der Leibes-Uebung, wegen.

Die natürliche Neigung zu dem angenehmen Land=Leben hat ohnstreitig die Gärten erfunden. Ich will es nicht behaupten, daß Epicurus, nach dem Bericht des Plinius, der erste gewesen, welcher sich, um das Land=Wesen auf eine leichte und vergnügte Art zu genießen, zu Athen einen Garten angeleget, darinnen so gar seine Philosophie gelehret, und denselben seinen Anhängern zu einer öffentlichen Schule vermachet habe. Gärten sind ein Vergnügen der Augen, eine Ergötzung des Gemüths, und ein unschuldiger Zeit=Vertreib des mühsamen Lebens. Hierinnen können auch zugleich die gesündesten Motionen angestellet werden, dergleichen sind Spatzieren=gehen und das Graben. Die grösten Herren haben sich oftmahls dergleichen Arbeit unternommen. So ist von dem König in Frankreich, Ludwig XIV, bekannt, daß er fast täglich in einem Garten zu Versailles frische Erde gegraben, weil er gesehen, daß keine Lebens=Art der Gesundheit zuträglicher sey, als die mit graben und Acker-Bau umgehet. Cyrus, der gewaltige König in Persien, hat öfters in Weinbergen und Gärten gearbeitet. Verulam erzehlet uns ein Exempel, daß ein vornehmer Mann alle Morgen aus einem Stücke reiner und frischer Erdt die Luft in sich gezogen,

zogen, und zu einem gesunden und hohen Alter gekommen. Er setzet auch die Ursachen darzu: Weil in dieser Luft das heilsame Luft-Salz nicht zerstreuet und verderbet ist, welches die Lebens-Geister erquicket, die unordentliche innere Bewegung des Bluts und der Säfte moderiret und subtilisiret, und folglich ungemein zum langen Leben dienet. Hierzu kommt noch, daß die uns umgebende Garten-Luft mit den angenehmsten Ausdünstungen so vieler kräftiger Kräuter und Blumen, als Roßmarin, Jasmin, Rosen, oder Orangerien, begeistert, und durch schwankende Bäume, oder springende Fontainen, auf eine sanfte Weise erfrischet, wird. Garten-Häuser sind folglich auch gesunde Häuser, und können oftmals sehr bequem zu Patienten-Zimmern in langweiligen Krankheiten *) auserlesen werden. Und da der Mensch selbst Erde ist, was Wunder! wenn er aus der Erde die beste Nahrung in frischer und gesunder Luft in sich schöpfet, weil ohne derselben, wie wir alle wißen, das Leben des Menschen nicht bestehen kann. Sydenham rathet dahero schwindsüchtigen und hectischen Patienten das Grabescheit, und Baglivi recommendiret es in der Engbrüstigkeit. Beyde ausnehmende Medici loben auch dis-

falls

*) Ich sage: langweiligen Krankheiten. Bey Wöchnerinnen, Febricitanten, und anderen, die an heftigen Krankheiten liegen, und gefährliche Zufälle haben, eine solche notable Verändrung der Luft vorzunehmen, muß man erst wohl überlegen, und keine der Natur gemäße Methode rathen, wenn man nicht zuvor natürliche Dinge verstehet. Ich würde disfalls zum Beweis ein trauriges Exempel nicht weit suchen dürfen.

falls das Ackern, und zwar, weil die Wirkung von diesen noch um viele Grade stärker, und das Erd-Reich in freyen Felde vielmals reiner und gesünder, als im Gärten, ist. Wäre man ja so schwach, den Pflug selber in die Hand zu nehmen, so würde es im Anfange schon gnung seyn, demselbigen einige Zeit zu Fuße oder zu Pferde zu folgen, wo denn die Glieder durch das unwegsame Steigen über die Furchen und Erd-Klose zugleich kräftig beweget würden.

Kegelschieben ist eine Uebung, die sonderlich Arme und Füße beweget, und kann in vielen Stücken der Gesundheit wegen vor dem bekannten Billard-Spiel den Vorzug verdienen. Hält man mit dieser Motion eine Zeitlang an, so kann man sich ein kaltes Fieber, oder den Schnupfen, glücklich vertreiben. Auch dienet es, den natürlichen Appetit zu erwecken. Verulam rühmet diese Motion in Nieren-Krankheiten. Ich kann das Lob nicht verschweigen, welches Gumpelzhaimer in f. S. de exercitiis Academ. dieser Gesundheits-Uebung beyleget. „ Kegelschieben, und dergleichen Motionen, vermehren die Stärke und Fertigkeit des Körpers, machen wohlgeschickte Gliedmaßen, verhindern die Fettigkeit, befördern die natürlichen Ausführungen. Die Augen, das Haupt, Hände und Füße werden dadurch zur Bewegung geschickt, fertig, und munter. Der ganze Leib wird endlich durchaus geübet.

Holzsägen hat oftmals, über alle angewandte Arztney-Mittel, die erwünschte Hülffe verschaffet. Dahero pflegen es selbst viele Medici zu recommen-

diren

diren. Gesunden erwecket diese Motion den Appetit, und stärket die Dauung. In Magen-Beschwerung ist es ganz sicher zu brauchen. In Lungen- und Brust-Beschwernißen hat es seinen sonderlichen Nutzen, weil bey keiner Uebung die Brust stärker beweget wird, als in dieser. Nur dienet es nicht allen. Leute, die bey ihrer Engbrüstigkeit etwas verzehrendes, trocknen Husten, oder gar zuvor Blutspeyen, gehabt haben, mögen davon abstehen. Wenn aber bey der Engbrüstigkeit noch ein gesetzter Leibes-Zustand ist, sich Auswurf und viele Unreinigkeiten finden, da wird es einen nicht mit Gelde zu bezahlenden Effect verrichten. Durch diese Art der Bewegung wird sonderlich der Schweiß in den oberen Theilen des Leibes, und zwar stuffenweise, erwecket. Hierdurch werden vielmals ganze Krankheiten glücklich vertrieben. Der berühmte Heister in Helmstädt erzehlet in der Diss. de arte gymnastica noua, 1748. daß selbst ein vornehmer Medicus, welcher sein hartnäckigtes Quartan-Fieber auf keine Art loß werden können, endlich die Säge ergriffen, und sich glücklich damit geholfen habe. Gleichfalls erweiset es in hypochondrischen und hectischen Anfällen seinen erwünschten Nutzen. Hofmann hat am angeführten Orte ein merkwürdiges Exempel angemerket.

Ein gewisser Prediger, welcher bey dem Antritt seines Amtes schon ein Valetudinarius war, und viele Medicamente ohne die gesuchte Wirkung gebrauchet hatte, findet endlich einen Medicum, welcher ihm die Gesundheit durch einen kurzen Weg, und ohne einige Arzt-

ney

ney wieder zu erhalten, versicherte. Der Prediger verwunderte sich, und erwartete die Benennung dieses Mittels mit Verlangen. Das bestund aber darinnen, daß er täglich an einen Kloß bis zum gelinden Schweiß sägen sollte. Die Motion gefiel dem Valetudinario, nur wollte er lieber, an statt des Klotzes, Scheitholz erwählen. Dieses thate er bey übrigen Stunden, bis zu gesetzter Zeit, wo denn die Wirkung auf das Versprechen erfolgte. Denn er hat nicht nur seine Gesundheit erlanget, sondern auch nachdem sehr wenige Krankheiten erfahren.

Von den Speisen und Getränken auf dem Lande. *)

Wer keine herrliche und durch viele Kunst zubereitete Tractamente mit aufs Land bringt, der wird ihrer daselbst wenig finden. Hier sind nur die natürlichsten und frischesten Speisen anzutreffen, welche den Beweisthum von der Gesundheit des Land-Lebens so vollkommen machen. Wenn Tacitus die Lebens-Art der alten Deutschen, welche von einem so ansehnlichen Alter und tapfrer Stärke waren, beschreibet, so nennet er ihre Kost, die bestund in Feld-Früchten, Feld-Aepfel, und Milch-Speisen. Wir wollen zwar hier nicht untersuchen: ob zu unsern

*) Vt alimenta sanis corporibus agricultura, sic sanitatem aegris medicina promittit. Ich glaube wohl nicht, daß jemals ein Medicus diese Worte in dem Celsus wird ohne Vergnügen gelesen haben.

fern Zeiten die Lebens-Art nach Gebrauch der Alten einzurichten? Man würde auch erst den Unterschied der alten und neuen Zeit anzeigen müssen. Dieses aber ist gewiß, je natürlicher und einfältiger die Speisen sind, desto besser bekommen sie dem Körper.

Fercula multa aulae peperere pericula multis
Et morbos cum morte. In agris vel cum sale panis
Latrantem stomachum lenit, iustoque labore
Firma valetudo seros seruatur in annos.

Horat.

Die Gesundheit der Speisen auf dem Lande bestärket vornämlich diese Anmerkung, daß die Aerzte in Krankheiten viele Fleisch-Sachen verbieten, weil diese eine stärkre Präparation und Verändrung erfodern, wozu ein ungesunder Körper nicht geschickt genung ist. Baglivi hat bemerket, daß in Italien zur Fasten-Zeit, wenigere, oder doch nicht so gefährliche, Krankheiten graßireten. Nach dieser aber sollen sie desto stärker kommen, und manchen mitnehmen. Ob zwar hierbey auf die jähling veränderte Gewohnheit zu sehen, so können wir doch der Kraft vegetabilischer Speisen nicht gänzlich wiedersprechen. Land-Kost wird die beste Patienten-Kost abgeben.

Zu den Speisen auf dem Lande rechnen wir billig gut gesäuert Brod, frische, und sonderlich Mayen-Butter, allerhand Feld- und Garten-Früchte, verschiedene Gewächse, als Kraut, Rüben, Erbsen, desgleichen Zugemüse, aus Haber, Heiden, Gerste, u. s. w. Die Getränke auf dem Lande sind rein und frisches Wasser, Milch, und was daraus bereitet

bereitet wird. Auch ist bekannt, daß auf dem Lande beßres Bier zu brauen. Den Wein könnten wir zwar auch dazu rechnen, da er aber nur auf dem Lande gepflanzet und zu bereitet, in Städten aber am meisten getrunken, wird, so wird er folglich nicht mit zu den gemeinen Getränken gehören.

Diese Speisen, und Getränke überhaupt, geben einen dauerhaften Nahrungs- und edlen Lebens-Saft, dahero alle Glieder bey ihrer Gesundheit bleiben. Einige werden den kräftigsten Arztney-Mitteln beygefügt, andere übersteigen noch die Kräfte derselben, als das frische Wasser, und die Milch, deren Curen wir alsdenn insonderheit beschreiben wollen. Jetzt will ich nur von einigen etwas insgemein gedenken.

Brod ist das vornehmste Nahrungs-Mittel des menschlichen Lebens. Wir finden zwar Leute, die weder Brod, noch Semmel, essen, sie werden aber insgemein nicht alt, oder sind vielen Schwächlichkeiten unterworfen. Kein Medicament ist im Stande eine solche Stärke zu verschaffen, als das Brod, welches, wenn es wohl durchsäuert, am kräftigsten ist. Es schmeckt auch keine Speise, wo nicht Brod darzu genommen wird. Ja der Geruch von warmen Brode ist schon mit einer sonderbaren Kraft begabet, wie denn Democritus, ein bekannter Philosoph aus Griechen-Land, sein Leben damit 3. Tage soll gefristet haben. Die Franzosen nehmen ein Stück gebäht Brod, tunken es in warm Wasser, denn in Wein, bestreuen es mit Zucker. Sonderlich giebt grobes Brod eine gute Dauer der Kräfte, dieses werden wird gewahr an den Westphälern,

phälern, mit ihren Bonbournickel. Rocken-Brod ist gesünder, als Weitznes, jedoch muß man, wenn man sich an dieses gewöhnet hat, nicht gleich mit jenen wechseln Haber-Brod ist etwas unkräftig, doch hält es die Dauer, und erfodert einen guten Magen. Die Alten bedienten sich zwar auch des Weitzen-Brods, sie liesen aber die Kleyen dabey bleiben, und es wohl durchsäuern. Aus groben Brod kann man durch die Chymie ein gewisses Oel erhalten, welches aus Semmel nicht angehet. Mit diesem Oel hat man einmal an einem gewissen Ort die natürliche Ordnung verändern, und das Brod-Essen ersparen wollen, doch hat der Hunger ihre wunderliche Invention wunderbar verändert. Ein gewisser curiöser Herr auf dem Lande wollte einmal die Kräfte des gemeinen Brods erforschen. Er wurde mit seinen Drescher eins, daß er einige Tage nichts essen und trinken sollte, als was er ihm würde geben lassen. Den ersten Tag sahe er mit Lust zu, wie dieser Mann den ganzen Rest von delicaten Speisen nach der Tafel zusammen bringen konnte. Nur wollte ihm der viele Wein nicht gefallen, daher man ihn zu dem bestimmten Maas nöthigen muste. Er gestund, daß er eine Weile greulich zuschlagen können, aber es hätte nicht lange gedauert. Zu dem hatte er auch, wieder des Herrn seinen Befehl, eine gute Quantität Wasser getrunken. Den andern Tag muste er Kaffee, und kräftige Bouillons nehmen. Er bekannte aber, daß er nothwendig zu Mittage, sein Haber-Brod essen müste, wenn er mit der Arbeit wollte zu rechte kommen.

Aus gemeinen Brod können nicht nur mit Wein und Gewürzen kräftige Suppen, sondern auch viele stärkende Tränke, in auszehrenden Krankheiten und Leibes-Schwachheiten, nicht ohne Nutzen zubereitet werden. Ein Stück gebäht Brod in Wasser gekocht ist die bekannte Panatelle der Italiäner. Folgendes hat Boerhaave recommendiret:

Man lasse ½ ℔. gerieben Rocken-Brod mit 1½ Kanne Brunnen-Wasser, 1. Stunde lang verdeckt gelinde kochen, giesse alsdenn so viel Wasser noch dazu, als durch Kochen verlohren gegangen, und seiche es durch ein Tuch. Alsdenn kann man etwas Zitronen- oder Limonien-Saft, auch Rheinwein, zusetzen. Nach Hofmanns, und schon des Hippokrates, Rath, kann man auch die Brühe von gestoßnen Krebsen mit einigen Gewürzen damit vermischen, welches sonderlich der Schärfe in Magen wiederstehet.

Dergleichen Tränke werden auch aus Gerste, Haber oder Haber-Brod, bereitet, und statt des ordinairen Trunks in gewissen Krankheiten verschrieben. Nur ist darauf zu sehen, daß die Säure in Magen vorher gedämpfet sey. Den schon den Alten bekannten Haber-Trank hat Lower, ein engländischer Medicus, aufs neue beschrieben, und als eine Universal-Mittel*) recommendiret, doch hat er denen, die

*) Es sind einige Mittel recht gut; wenn man ihnen aber den Namen eines Universal-Mittels beyleget, so fällt der Glaube. Denn ich kann keinem Medicament diesen prächtigen Namen vergönnen, bis daß es alle Menschen gebraucht, und auch allen geholfen,

die mit der Hypochondrie beschweret, nicht wohl bekommen wollen, dagegen dienet er in Catarrhen, Engbrüstigkeit, zu Verbeßrung der Galle, und Verdinnung der Säfte. Gersten-Tränke nähren etwas stärker, und haben in der Schwind- und Dörr-Sucht ihren Nutzen. Zu beyden muß man den Körper praepariren, und, währender Cur, eine gute Diät mit leichten Speisen führen.

Viele Küchen-Kräuter, und Wurzeln, sind theils als nahrhafte Speisen, theils als kräftige Arztney-Mittel, zu erlesen. Hieher gehören Pastinack, Petersilien, Kerbel, Spargel, Spinat, und dergleichen,*) welche die Blähungen zertheilen, den Stein und Urin treiben, und in Brühen am besten zugerichtet werden. Die Alten brauchten den Kohl in gesunden und kranken Tagen. Hopfen-Keimgen können sonderlich in Scorbut, Engbrüstigkeit, und einigen andern Zufällen, sonderlich dem Frauenzimmer, dienen. Rettich in Wasser gekocht treibet den Stein, zertheilet den Schleim, und ist ebenfalls in vorbemeldten Krankheiten dienlich, welche Kräfte auch der Meerrettig in einem etwas stärkren Grad besitzet. Vieler anderer Dinge zu geschweigen. Was das Obst und übrigen Sommer-Spei-

sen, sichre Nachricht eingelaufen. Das gute Mittel ist hieran nicht Schuld, sondern der Vater, welcher demselben diesen Namen gegeben. Dahero erkennen auch vernünftige Leute dergleichen Rotomondaten und Vanitäten.

*) Galen pflegte Zwiebeln und Knobloch, weil sie in einigen Krankheiten ihre gute Dienste verrichten, nur den Theriack der Bauern zu nennen.

sen betrift, so bekommen wir Gelegenheit etwas weniges

von der Sommer-Diät

zu gedenken. Der menschliche Körper ist in vielen Dingen zur Sommer- und Winters-Zeit anders beschaffen. Hippokrates hat schon bemerket, daß der Körper im Winter mehr natürliche Wärme, und der Magen beßre Stärke, und Appetit, besitze, als im Sommer. Daher bekommen zu dieser Zeit Fleisch und harte Speisen am besten. Hingegen ist im Sommer die Ausdünstung stärker und der Urin-Lauf schwächer, folglich dienen solche Speisen, welche Feuchtigkeit geben, und erfrischen, so theils eine stärkende, theils Urintreibende Kraft besitzen. Alles Obst, als Kirschen, Pfirschken, Pflaumen, haben diese Tugenden, nur muß man die Maase wohl halten, und bey Anfang eines Durchlaufs davon ablassen. Süß Obst öffnet, saures aber dämpfet die Hitze, und stärket den Magen. Dieses wird öfters auch Kranken vergönnet, und wenn gedörrte sauere Kirschen mit den Kernen gestossen, mit Wasser, Zimmt, und Zucker angemacht, werden, so dienet dieses, als ein kühlender Trank in hitzigen Krankheiten, welcher aber gleichfalls mäsig zu nehmen, und bey starker Eröffnung auszusetzen. Melonen, die aus Italien, und zwar um Neapoli, ihren Ursprung haben sollen, treiben das Wasser; wenn man aber der Sache zu viel thut, kann man sich leichtlich ein Fieber erwecken. Es ist merkwürdig, daß das Obst in unsern Gegenden den Durchlauf verursachet, da es doch in warmen Ländern, als Spanien und Italien, denselben stillet. Erd-

Beere mit Wein sind eine besondre Erquickung, und, wer die Milch vertragen kann, dem wird selbige mit Semmel, Zimmt, und Zucker, eben dergleichen Nutzen schaffen.

Die verschiedenen Arten von Sallaten, als Kresse, Gurken, Endivien, Gänse-Stöckgen, und dergleichen, so mit Eßig und Baum-Oel verfertiget werden, dämpfen die Hitze und Galle, stärken den Appetit, und bringen einen angenehmen Schlaf zu wege. Die Alten pflegten sonst dergleichen mit Eßig bereitete Speisen vor anderen zu erst auf zusetzen, damit der Appetit desto kräftiger sollte erwecket, und der Magen gestärket, werden. Wir sind aber von dieser und anderem guten Gewohnheiten der Alten abgegangen.

Von der Wasser-Cur.

Vor einiger Zeit waren die Curen mit frischen Wasser in grossen Ansehen. Die grösten Aerzte in England, Italien, Frankreich, und Deutschland, wollten nunmehro der Gesundheit, da sie mit den kräftigsten Arztney-Mitteln nichts weiter ausrichten konnten, mit dem schlechten Wasser auf die einfältigste Art zu Hülfe kommen. Es ist auch nicht zu leugnen, daß viele sonst unbändige Krankheiten, dadurch bewältiget, und ausser dem der Gesundheit ein gar beträchtlicher Nutzen verschaffet worden. Allein vielen kam diese Cur als etwas zu geringes, oder gar zu grausam vor, und zwar aus Zärtlichkeit vieler Patienten. Jenes verursachte eine Unachtsamkeit der dabey nöthigen Diät und besondren Vorschrift der Aerzte. Es geschahe auch,

daß einige Kranke, nach den Gesetzen der Natur, und Beschaffenheit ihrer Krankheit, das Leben quittiren musten, welches man so gleich dem unschuldigen Wasser Schuld gab, dadurch, und einige andere Umstände, sind diese Curen, nach dem Schicksaal aller Dinge, gar sehr in Verfall gekommen. Ob dieses nicht etwas beygetragen, daß viele unter den Aerzten das Wasser ohne Unterscheid recommendiret, wie es denn einem ehrlichen Mann ergieng, der sich dadurch den Titel eines Wasser-Doctors zu wege brachte, und aus besondern Erfahrungen so gleich allgemeine Sätze machen, andere aber diese Cur aus Staats-Raison nicht rathen wollen? das will ich anderen zur Beurtheilung überlassen. *) Inzwi-

*) vid. Heisteri Diss. de aquae laudibus in Medicina nimiis suspectis, Helmst. 1745. Wer von dem Wasser weiter etwas in deutscher Sprache um der Gesundheit lesen will, kann sich folgender Schriften bedienen: Des H. D. Hahns, in Schweidnitz, Unterricht von der Kraft und Wirkung des frischen Wassers. D. Schwerdtners übersetzte Schriften, von dem Wasser, unter dem Namen *Medicina Universalis* herausgegeben. Berg-Rath Henkels Abhandlung von kalten Bädern der Alten, in der Beschreibung des Gießhübler-Bades, und des berühmten Engländer Floyers ψυχρολουσία, oder Versuch zu beweisen, daß kaltes baden gesund und nützlich sey, in einigen Briefen herausgegeben, übersetzt von D. Sommer, zu Landeshut, Breßlau, 1749. Sonst haben von dieser Materie die Engländer M. Smith, Hancok, unter den Franzosen, Noguez, Hecquet, Geofroy, der Venediger Mainardes, und viele andere, ganze Tractate geschrieben. Merckwürdig ist, daß die ersten

Inzwischen dürfen wir nicht neben dieser Materie vorbeygehen, weil darinnen ein grosser Beweiß von der Gesundheit des Land-Lebens, und von der vortreflichen Güte eines allgemeinen und geringen Gesundheits-Mittels, lieget. Wir wollen also nur etwas weniges davon anführen.

Die Wasser-Cur bestehet entweder in frischen Wassertrinken, oder kalten baden. Jene nennen die Aerzte Psichroposie, diese Psichrolusie. Beyde werden zwar gemeiniglich zusamm verbunden. Wir wollen aber, um die Kräfte derselben desto klärer zu zeigen, von jeder etwas insbesondre gedenken.

Ueberhaupt haben die Wasser-Curen, wenn man damit wirklich Krankheiten vertreiben will, zu unsern Zeiten grosse Vorsicht, und das scharfsinnigste Urtheil eines Medici, nöthig. Ja ich bin durch den Beyfall anderer Aerzte versichert, daß man zu einer solchen Cur nicht ohne besondre Vorbereitung schreite, damit der Leib die Kraft des Wassers, welche ohne Wiederspruch sehr edel ist, desto besser empfinden möge. So erfodert oft die Vollblüthigkeit eine gründliche Correction durch Aderlassen. Zur Reinigung des Körpers dienen geschickte laxirende Mittel, als englisch Salz, oder bitter Wasser. Bey der Cur selbst kommt es hauptsächlich auf eine auserlesene Diät an, welche hier die Kraft aller Arztneyen weit übersteiget. Anderer Cautelen zu geschweigen, die wir der besondren Anordnung eines Medici überlassen müssen. Vornämlich ist zu merken: daß die Wasser-Cur, wie alle

 andere

sten dem Wasser den Namen eines febrifugi magni beygeleget.

andere Curen, keinen universellen Nutzen in Krankheiten haben, sondern so wohl nach den Ursachen und Beschaffenheit der Krankheit, als auch des Subjects abzumessen und anzupreisen sey. Dahero redet der ehemalige gelehrte Prof Schulze in Halle in s. Diss. de erroribus in Medic. ex Chir. davon also: „Es ist nicht zu verstehen, daß das Wasser auch denen Nutzen verschaffen werde, welche ohnedem mit vielen Feuchtigkeiten und Schleim beschweret sind, als die Phlegmatici. Diesen wird hingegen eine wärmende und trocknende Diät, nebst dergleichen Verhalten, bekommen.„ Man wundre sich also nicht, daß diese Cur, die oftmals in einer Krankheit erwünschte Hülfe geleistet, in eben derselben ohne sonderliche, ja mit einer ganz andern, Wirkung seyn kann, und halte diese Cur nicht vor gar zu geringe und einfältig, daß man den Rath eines Arztes in Untersuchung der Krankheit und Verordnung der Cur endlich wohl entbehren könne. Ich halte mich selber hieran, und werde also das Wasser und die damit anzustellende Cur mehr den Gesunden, zu einem vortreflichen Land- und Lebens-Mittel, als den Kranken vor ein Genesungs-Mittel, anpreisen, und bitte mir also aus, diese kurze Abhandlung aus diesem Grunde zu beurtheilen. Ich werde also, meiner Absicht gemäß, erstlich

die Eigenschaften eines guten Wassers

entdecken müssen. Das beste Wasser, so man zum Trunke und zu einer ordentlichen Cur nehmen will, muß rein, leicht, ohne Nachschmack, Geruch, und frisch, oder lebendig, seyn. So wird es mehrentheils

theils auf dem Lande, und sonderlich in erhabenen Gegenden, gefunden, wo das Wasser aus Bergen und Felsen, oder einem nahe liegenden Born, quillet, und ist desto klärer, wenn es gegen Aufgang der Sonnen entspringet. Die Wässer im Gebirge sind an manchen Orten zu hart, und haben viele mineralische Theilgen in sich, dahero sie auch nicht allen bekommen. Hingegen führen die Wässer in platten Lande, weil sie durch so vielerley Damm-Erde paßiren, gemeiniglich kalkichte und salpetrichte Particulgen, und andere Unreinigkeiten, bey sich. Sonderlich fehlet ihnen der beständige Druck und Lauf, wodurch die Kraft des Wassers unterhalten und ernähret wird. Wir wollen hier nicht von den mancherley gekünstelten Verbesserungen des Wassers mit Kochen, Sand, und anderen Dingen, reden, vielweniger die vielen Wasser-Proben anführen, denn zu einer Cur ist dieses unbequem. Das sicherste Merkmaal eines guten Wassers ist, wenn es sich von Weinstein-Salz nicht trübet. Man findet noch an vielen Orten auf dem Lande solches Wasser, dessen Güte wir angezeiget haben. Bedienet man sich des Wassers aus einer Cisterne, so muß dieselbe rein, und zum Boden mit groben Sand und Kiesel-Steinen bedecket, seyn. Viele loben zwar die Wässer von andrer Art, wie die Franzosen stille Wässer erheben, und sie müssen ihnen doch wohl bekommen. Athenäus, ein griechischer Arzt, rühmet das Schnee-Wasser, wieder welchen sich aber Plinius setzet. Was den Merzen-Schnee und Mayen-Thau anbetrift, so haben wohl einige grosse Dinge damit machen, und sonderlich diejenigen, welchen

die Natur die Gabe der Schönheit versaget, sich ihre Gesichts-Bildung hierdurch verbessern, wollen. Sie haben aber gefunden, daß es Wasser ist. Inzwischen, da sich in beyde Arten von Wasser keine so grande und mit vielen Dünsten verunreinigte Luft insinuiret, so kann jenes wohl eine reinigende, und der Thau eine kühlende, Kraft behaupten. Der Engländer Schort rühmet das Regen-Wasser, welches auch in der That besondere Eigenschaften hat, und sonderlich zur Frühlings- und ersten Sommers-Zeit, mit vielen heilsamen Particulgen angefüllet ist. Wir wollen uns aber hierinnen, wieder unsern Zweck, nicht weitläuftig einlassen. Riverius, ein berühmter Prof. zu Montpellier, versichert, daß ein gewisser Monats-Fluß durch kein andres Mittel, als öftren Gebrauch dieses Wassers, wiedrum in Ordnung gebracht worden, und Riedlin, ein fleißiger Medicus zu Augspurg, berichtet, daß eine Frau, die 2. Jahr an der Melancholie gelegen, so endlich gar zur Raserey ausschlagen wollen, blos durch Regen-Wasser sey curiret worden, so wären auch viele, die an der Schwindsucht laboriret, und recht jämmerlich ausgesehen, davon genesen. Man müsse es eben so, wie den Sauer-Brunnen, brauchen, nach und nach mit der Dosi steigen, und mit der höchsten einige Tage anhalten.

Zu der Cur mit kalten Bädern ist es am besten, wenn man sich nach und nach in einen Fluß begiebt, wo der Strom auf einen stösset, oder auch das Wasser aus einen Spring-Brunnen auf sich schiessen lässet, welches recht wohl in einen Garten angehet, wie denn vor Zeiten das Frauenzimmer sich dieser

Commo-

Commodite zu bedienen wuste. Denn man muß bey den äusserlichen Gebrauch des Wassers vornämlich auf die elastische Kraft sehen, welche eben durch das laufen und springen in die beste Wirkung gesetzet wird. Es ist zu verwundern, daß man die Bäder, welche die Natur frisch erquellen läßt, nicht auch also brauchet. Die Frage ist noch nicht beantwortet worden: ob diese Bäder auf dergleichen Art nicht größren Nutzen verschaffen? Wenn uns die Natur nicht mit warmen Bädern versorget hätte, so könnte man meynen, daß dieses nicht in ihrer Gewalt stünde, und man ihr mit der Kunst zu Hülfe kommen müste. Da aber das Gegentheil allgemein bekannt, und der Nutzen von warmen Bädern sehr beträchtlich ist, so würden vielleicht auch kalte Bäder ihre sonderbare Wirkung haben, wenn man nur der Natur ihrer Leitung selbst folgete. Mir kommt sothanes Verfahren nicht anders vor, als wenn man warme Bäder kalt brauchen wollte. Wir haben ja schon die schönsten Wirkungen von frischen Brunnen in wichtigen Curen, dergleichen zu Bebra in Thüringen, zu Osterroda auf dem Harz, zu Freyen Walda in der Mark, und zu Schleusingen in Hennebergischen, gefunden werden. Auch finden wir Bäder, die zwar warm erquellen, aber in geringsten nicht zu den mineralischen Wässern können gerechnet werden, die wiedrum ihre besonderen Kräfte besitzen, wie denn das Pfeffer-Bad in Graubünden, das Schlangen-Bad ohnweit Schwalbach, und in Italien, die Bäder zu Pisa, und Nocera, beschaffen sind. Weil aber die Zärtlichkeit der Patienten allzugroß, die Krankheiten allzu-

allzusehr verschieden, und ich möchte wohl noch dazu sagen, der Rath der Aerzte noch nicht einig, ist, so kann man gar leicht die Ursachen finden, warum diese Curen fast gänzlich versiegen? Es wird eines und das andre noch deutlicher werden, wenn wir uns nunmehro ganz eigentlich zu einiger Untersuchung der Wasser-Curen in trinken und baden wenden, und erstlich

von der Kraft des frischen Wassers, sonderlich in trinken,

handeln. Die Glückseeligkeit ist nicht mit Golde zu bezahlen, wenn eine Provinz, oder besondrer Ort, mit guten Wasser versorget ist. Man hat wohl eher auf dem Meer vor einen Trunk gesundes Wasser tausend und mehr Ducaten gegeben, wie Majolus berichtet. Herodotus erzehlet, daß die Könige in Persien das Wasser aus dem Fluß Eucle, oder Coaspe, in silbernen Gefässen auf der Reise führen lassen. Und da einige die Fruchtbarkeit der Egytischen Weiber, und des Viehes, der Güte des Nilus zuschreiben, so hat der König Ptolomäus Philadelphus seine Prinzeßin Berenice, als sie sich mit dem Antiochus, einem König in Syrien, vermählet, auch ausser Landes mit Wasser aus diesem Flusse versorgen lassen. Es ist gewiß und bekannt, daß so wohl Bier und Brod von der Güte des Wassers dependire, als auch vornämlich die Gesundheit aller Geschöpfe, sonderlich des Menschen.

Man hat es, ob wohl nicht vor die Haupt-Ursache, jedoch vor einen wichtigen Beystand, gehalten, daß die Bewohner des Erd-Bodens vor der Sündfluth

fluth bey dem Wassertrinken ein so hohes Alter erreichet. Es sind noch zu unsern Zeiten ganze Nationen in Asien und Africa, welche sich mit dem blossen Wasser begnügen lassen, und dabey ein frisches und langes Leben geniessen. Man hat auch Exempel von einzelen Personen, die bey dem Wassertrinken Gesundheit, Stärke, und ein ansehnliches Alter, gezeiget. Voltaire berichtet von dem Weltberühmten Helden und König in Schweden, Carl XII, daß er nichts, als Wasser, zu seinem Getränke erwählet. Andreas Tiraquell, ein Parlaments-Rath in Frankreich, hat bey dem Wasser ein hohes gesundes Alter erlanget, und eine Familie von 44. Kindern, und auch so viel Schriften, hinterlassen. Ich will hierbey die Wirkungen des Wassers alleine nicht vertheidigen. Unterdessen könnte man es denen Herren Juristen zu ihrer Gesundheit anpreisen. Doch haben einige gestanden, daß ihnen der Wein besser schmecke, und auch besser bekomme. Die Naturen sind freylich, und auch bey den Rechts-Gelehrten, verschieden. In den Misc. N. C. findet man ein Exempel von einem Greise, welcher in seinem 120. Jahre nicht nur ganz frisch und munter gewesen, sondern auch neue Zähne bekommen, und dißfalls selbst keine andre Ursache anzuführen gewust, als daß er von Jugend auf Wasser getrunken. Cardanus, ein Italiäner, welcher auch ein besondres Buch von der Wirkung des Wassers in Krankheiten geschrieben, will behaupten, daß das Wasser sehr viel zu einem langen Leben beytrüge, und führet dißfalls einen Indier an, der sein Leben auf 300. Jahr soll gebracht haben. Bey

einem

einem Spanier aber habe er selbst bemerket, daß er nichts, als Wasser getrunken, und über 100. Jahr alt worden. Diese überflüßige Exempel will ich noch mit einem Zeugnisse des Claudius Deodatus bestårken, welcher sich also vernehmen låsset: „Der Nutzen des Wassers wird an den Land-Leuten offenbar, deren einige dadurch 90, andere 100, und noch einige 120, Jahr gelebet. Es bezeigen auch dieses die Türken, Tartarn, Persier, und unsere alten Deutschen.„

Die Wirkungen verhalten sich allemal nach den Kräften, und diese müssen wir bey dem Wasser besonders erwägen, wenn uns jene desto begreiflicher werden sollen.

Das Wasser ist ein flüßiger, durchsichtiger, unbegreiflicher, und ungefärbter, Körper, und hat seine gewisse Schwere. Es feuchtet, erweichet, temperiret, solviret, führet aus, reiniget und kühlet, und dieses verrichtet es bald wegen seiner Schwere, bald wegen seiner Subtilität und Flüßigkeit, bald auch wegen der in sich fassenden Particulgen. Auch sind einige Wirkungen nach Beschaffenheit der Kälte, oder Wärme, desto stärker, und sonderlich, wenn man mit Gebrauch des Wassers anhält, oder eine ordentliche Cur anstellet. Weil unsre Maschine stets ein solches Menstruum in- und äusserlich nöthig hat, das diese Kräfte besitzet, so haben es viele mit dem Namen einer Universal-Medicin beleget, und wenn man das Wort Medicin in keinen so engen, und mehr diätetischen, Verstande nimmt, kann man es paßiren lassen. Gewiß ist es, daß ein gutes Wasser höher, als alle Specereyen in den Apothecken,

zu schätzen, und daß es deswegen eine durchgängige Kraft, welche oftmals das beste Medicament nicht verrichtet, in unsrem Körper erweiset, **weil es ein Element unserer Säfte ist, und aller Getränke, die unsere Säfte erhalten.** *) Ich muß wohl billig das Lob anführen, welches Boerhaave in s. Elem. Chem. dem Wasser beyleget, wenn er saget: „Das Wachsthum des Körpers wird insonderheit durch das Wasser vollführet. Vom Wasser entstehen die meisten Krankheiten, die meisten werden auch damit curiret. Der Tod selbst ist öfters dem Uebermaas des Wassers zuzuschreiben, weit öftrer aber wird er durch den Mangel desselben erwecket. Die glücklichste Cur geschiehet mit dem Wasser.„

Die Alten haben ehemals einen frischen Trunk vor eine Panacee in gesunden und kranken Tagen gehalten, ja so gar Eiß und Schnee genommen, und auch den Wein damit refrigiret. Was ist davon zu unsern Zeiten zu halten? Wenn hierüber ein Consilium der Aerzte angestellet würde, so könnte man zweyerley Meynungen, die beyderseits, nach Umständen, Grund haben, vertheidigen hören. Ich sage: nach Umständen. Denn in einer Sache, wo beyde Partheyen Recht haben, muß jede etwas nachgeben, wenn man nicht ein wunderlich Gefechte sehen will. Zuförderst müssen wir einen Unterschied unter frischen und gefrornen Wasser machen. Schnee und Eiß haben viele Luft in sich, die niemand bekommen möchte, der sich nicht von Jugend an

*) Dahero die Alten das Wasser ἄριστον μὲν ὕδωρ genennet.

an darzu gewöhnet, und da wird es alsdenn nicht schaden, sondern vielmehr zur Gesundheit und Stärke des Magens dienen können, zumal, da man einige Jahres-Zeit damit aussetzen muß, und dieses nur im Winter bequem erhalten kann. Da muß man sich aber ausser dieser Zeit allemal eines frischen Trunks bedienen, oder auch andere Getränke im Sommer mit Eiß erfrischen, wie dergleichen Eiß-Gruben an den Höfen grosser Herren erhalten werden, die sich eine Delicatesse aus einem so erfrischten Trunk zu machen wissen. Wenn man aber nicht einmal des frischen trinkens gewohnt ist, wie will man denn ohne Schaden so gleich Schnee und Eiß-Wasser trinken? Der Herr Prof. Seigerthal in Helmstädt, hat einen Mann von höher als 80. Jahren gekennet, welcher von Jugend an, und noch in seinem Alter, ganze Eiß-Zapfen verschlucket. Aber auch mit einem frischen Trunke muß man, wenn man sich daran gewöhnen will, behutsam und stuffenweise verfahren. Es ist gewiß, daß es der Gesundheit zuträglicher ist, frisch zu trinken. Ein Durstiger wird durch einen frischen Trunk wohl mehr erquicket, als durch matte und warme Getränke. Wenn man aber die Natur auf einmal darzu forçiren, oder gar auf grosse Erhitzung kalt trinken, will, so kann man gar leicht das Leben vor einen solchen Trunk bezahlen müssen, dergleichen Exempel die Menge Marcellus Donatus aufgezeichnet. Dolaeus berichtet, daß ein junger starker Bauer-Kerl in der Ernde auf grosse Erhitzung aus einem Brunnen den Tod getrunken. Celsus gehet hierinnen sehr behutsam, wenn er denen, die bey der

Arbeit

Arbeit schwitzen, ja auch so gleich nach derselben, desgleichen ermüdeten Wanders-Leuten das Trinken verbietet. Man möchte wohl auch einen Unterschied unter dem durstlöschen, dem Trinken, und Saufen, machen. *) Will man also den Nutzen von einem frischen Trunk genießen, so muß man nicht nur mit ordinairen Geträncken disfalls nach und nach verfahren, sondern man kann auch auf warme Geträncke, die jetzo so gewöhnlich sind, ein Glas frisch Waßer setzen, welches sonderlich die Engländer und Holländer nach eingenomner Chocolade zu thun pflegen, damit der Magen nicht allzusehr erhitzet und geschwächet, noch das Geblüte zu stark alteriret

*) pocula sanitatis sind öfters pocula mortis. Doch müßen Gesundheiten getrunken seyn. Wer sollte aber verlangen, daß der andere sich eine Krankheit antrinken müßte, zumal da es dem ersten ebenfalls nichts zur Gesundheit hilft. Das möchte wohl das beste Gesundheits-Trinken seyn, wenn man einem in einen Becher einen fremden Wein, von welchem man wenigstens den Namen verschwiegen, oder denselben mit einem Liqueur, auf die Art eines Clarets vermischt überreichete. So würde derjenige, welcher Gesundheit trinkt, wirklich etwas zu seiner Gesundheit erhalten, und der, welchem die Gesundheit getruncken wird, würde sich vergnügen, weil der andere etwas gesundes trinkt, und weiß nicht so gleich, was er trinkt, und diese Vergnügung käme ihm ebenfalls nicht wenig zur Gesundheit zu statten. Sollte diese Manier einigen gefallen, so wollte ich eine Composition von Claretten, mit denen man unendlich variren könnte, in die Apotheken geben. Vielleicht würden die Hr. Apotheker, welchen man jetzo die Praxin untersagt, ihrem Schaden widerum beykommen.

alteriret werde. Da das Waßer zugleich die Schärfe dämpfet und ausführet, wie wir bald mehr zeigen werden, so erhält man dabey ein Mittel wieder die vom Zucker entstehende Säure. Diejenigen, welche des Tages über hitzige Getränke genommen, können den Schaden des Abends mit etwas frischen Waßer einigermaßen dämpfen, wenn sie nicht Ausfahren der Haut, Kopf Weh, schleichende Fieber, oder gar Gicht und Podagra, erfahren wollen. Das Thee-Trinken früh Morgens ist nicht zu verwerfen. Es wird dadurch das rückständige beßer solviret und ausgetrieben. Man macht aber den Magen so schwach, daß man täglich mehr auszufegen findet. Das zeiget der öfters verlohrne oder verderbte Appetit, Schwachheit des Hauptes, welches immer die Krankheit des Magens wegen ihrer durch die Nerven genau geschloßnen Freundschaft auf sich nehmen muß. Und woher kommt denn gemeiniglich die blaße Farbe? Es ist eine gründliche anmerkung der Gesundheits-Gelehrten, daß, wenn der Urin stark getrieben wird, die Ausdünstung desto mehr verhindert werde, denn diese beyden Secretionen richten sich allemal nach einander. Nun ist es durch Erfahrung klar, daß warme Getränke den Urin, kalte hingegen die Perspiration, mehr befördern. Wenn man auf sich Achtung giebt, so wird man gewahr werden, daß in Sommer nur wegen der äusern Wärme der Urin stärker gehet, als in Winter, da zu dieser Zeit die Ausdünstung heftiger geschiehet, als in Sommer. Hält man etwa den Schweis zur Sommers-Zeit vor eine gesunde Ausdünstung, wovon wird man denn so geschwächet?

Man wird vielleicht den Unterschied unter Schweis und Ausdünstung nicht wißen. Wie vielmehr müßen also warme Getränke die Ausdünstung, oder Perspiration, schwächen? Aus dieser verhinderten so heilsamen Handlung des Körpers, woran, nach Uebereinstimmung aller Aerzte, der gröste Theil der Gesundheit hanget, aus dieser sage ich, und der dabey geschwächten Action der innerlichen Glieder, (welches das starke Waßerlaufen bezeiget) entstehet die bleiche Couleur des Gesichts, der erste Bothe von Krankheiten. Dahero rathe ich, nach meiner wenigen Erfahrung, jedoch mit Grunde: Man soll Thee trinken, *) aber nur so viel, als nach Be-

*) Die warmen Getränke sind schon in alten Zeiten bey den Griechen und Römern gewöhnlich gewesen, aber wie? hat man sich einzig und allein an dieselben gebunden, und des frischen Trinkens vergeßen? Die Alten brauchten warme Bäder, wie wir, aber sie haben die kalten nicht verachtet. Dahero ist zu schlüßen, daß sie sich in ihrer Lebens-Art an keine Gewohnheit gebunden, welches sonst der gröste Nachtheil der Gesundheit wird, zuweilen warme, zuweilen kalte Getränke, öfters warme Bäder, noch öftrer aber frische Bäder, gebrauchet. Dieses bestärket ein uhralter Arzt, der schon angeführte Celsus, wenn er rathet: prodest etiam balneo, interdum aquis frigidis uti. Aber das ist ein Rath vor noch Gesunde, die sich zu ihrem höchsten Wohl einer freyen Veränderung in der Lebens-Art bedienen. Wenn man jetzo des Morgens eine gute Suppe nähme, so würde den andern Tag der Kaffee beßer schmecken, zu andrer Zeit würde so wohl der Thee, als die Chaccolade, gesünder seyn. Wollte man der Gesundheit warten, so würde zuweilen ein guter Kräuter-Thee,

schaffenheit der gestrigen Abend-Mahlzeit etwa nöthig ist, das zurück gebliebne unverdaute beßer fort-

oder ein Glas frisch Waßer, seine Dienste verrichten. Und so man könnte alles genießen, und sich auch dabey wohl befinden. Warme Getränke sind sonderlich in verwichnen Seculo recht Mode, und weil man sich an dieselben gebunden, zur bösen Gewohnheit worden. Eines Theils ist es gut vor die Aerzte, welche seit der Zeit mehr zu thun bekommen. Wenn man aber mit ansehen muß, wie die meisten siechen, und selten eine gesunde Stunde genießen, oder wenigstens mit einer veränderten Gesichts-Bildung zeigen, das die Kraft des Lebens nun mehr und mehr verschwinde, so muß es wohl einem Medico jammern, daß er die wichtigsten Ursachen, welche man am wenigsten achtet, entdecke. Einige nehmen noch guten Rath an; Andere schreyen so etwas gleich vor Neuigkeiten aus, uud diese müßen wißen, oder sich sagen laßen, daß Wahrheiten, welche durch richtige Observationen gefunden werden, kein Alter haben. Noch einige urtheilen von der Arztney Wißenschaft, wie die Bauern von der Metaphysick. Und dennoch kann keiner seine Gesundheit, worauf diese Wißenschaft zielet, entbehren. Ein jeder ist verbunden vor sein Leben zu stehen. Will man weiter davon lesen, so kann mein Vorbericht zu des H. Hof-Rath Platners angef. Tr. von der Pflicht sein eigner Medicus zu seyn, einigermaßen dienen. Ein gewißer Medicus auser Sachsen hat sonderlich die warmen Getränke so gewaltig herausgestrichen, und den gesuchten Zweck nicht wenig befördert. Aber dafür hatte er auch eine Summa Gelds bekommen. Jetzo hat man Liqueurs erfunden, welche den Schaden davon wieder verbessern sollen. Die Absicht ist leicht zu errathen. Sinnet man weiter nach, so hat man hier einen

fortzutreiben. Wenn dieses einmal geschehen, alsdenn kan man ein Glas frisch Waßer nehmen, wodurch der Magen roboriret, der Hunger und Appetit natürlich verstärket, und allen denen Folgen zuvorgekommen wird, die wir jetzt erzehlet haben. Saget man: Wie will sich warmes und kaltes zusammen schicken? so kommt erstlich dieses nicht zu einer Zeit zusammen, und will lange nicht so viel sagen, als wenn die Rußen sich erst in ein heißes Bad gesetzt, und denn in Schnee herumwälzen, und ist keiner noch davon gestorben; und wie muß sich denn kalt Getränke mit warmen Speisen über Tische zusammenschicken? Freylich muß man damit succeßive verfahren, denn die Natur läßet sich nicht in einem Tage von einer bösen Gewohnheit ab und an eine gute gewöhnen. Die eigene Erfahrung giebt den Ausschlag der Sache. Vielleicht merket man in kurzer Zeit einen so guten Effect, den man sich jezt nicht eingebildet hätte. Ich habe mich mit Fleiß in diese Sache einlaßen müßen, weil die Gesundheit, die so edel und kostbar ist, am meisten durch geringscheinende Dinge verderbet wird. Zu dem habe ich den Befehl eines vornehmen Gönners damit öffentlich respectiren wollen. Doch kann ich hier die Sache nicht weitläuftiger ausführen. Will man meinen Rath nicht annehmen, so lebe ich doch dabey gesund, und sehe gerne, wenn andere auch gesund leben. Wird man treulich mit dieser Gesundheits-Regel umgehen, so wird man noch ein

einen recht gutgemeynten Rath, das angenehme recht zu brauchen, und seine Gesundheit dabey zu beschützen.

heilsames Mittel mit vortreflichen Nutzen brauchen können, ich meyne, man wird öfters früh nüchtern auch einen Trunk frisch Waßer nehmen. Die Alten haben sich dieses anstatt der jezt eingeführten warmen Getränke bedienet, dahero muß ich das Lob, welches ein alter arabischer Medicus, Avicenna, hiervon hinterlaßen, wiederum öffentlich berühren. „Gut frisch Waßer, saget er, nüchtern genommen, spület den Magen vortreflich aus, befeuchtet und öffnet den Leib, wehret den Blähungen, und lindert die Darm-Schmerzen. „ In warmen Ländern, als Italien und Spanien, ist man durch Erfahrung dahinter gekommen, daß früh ein Trunk frisches Waßer den ganzen Tag kühlet und stärket. Wenn man zuweilen eine Quantitaet Waßer trinket, so wird man finden, daß es den Leib gelinde öffnet und reiniget, welches eine gute Präservatif Cur ist. „ Wenn junge und starke Leute sich daran begnügen ließen, so redet der Weltberühmte Börhaave, würden sie kaum jemahls in hitzige Krankheiten fallen. „ Die guten Wirkungen des frischen Waßers bey Gesunden sind überhaupt diese: daß es den Magen stärket, die Hitze mäßiget, das Geblüte erfrischet, den Leib rein, und die Natur munter, erhält, vor Vollblüthigkeit, Flüß und vielen andern Zufällen und langwierigen Krankheiten, verwahret. Diejenigen, so Waßer trinken, haben eine annehmliche Farbe, guten Athem, lebhafte Sinne, starke Kräfte, und führen ein viel anmuthiger Leben, wie bey den Leuten auf dem Lande zu sehen. Will es einem nicht beständig schmecken, der kann auch zuweilen mit andern Geträn-

ken wechseln, da denn das Waßer seine Güte desto stärker zeiget. Denn allezeit Wein und Waßer trinken ist nicht lustig, zuweilen Wein, zuweilen Waßer trinken, das ist lustig.

Wir haben doch wohl noch kürzlich zu untersuchen: **Was das frische Waßer in Krankheiten ausrichte?** Ich habe schon frey zugestanden, daß das meiste disfalls auf den gründlichen Rath eines Medici beruhe. Die Lust möchte auch einem ziemlich vergehen, vieles davon zu reden. Denn da man Gesunden die Güte des Waßers nicht gnung einpredigen kann, was wird man bey Patienten damit ausrichten? Und wer vollends kalte Bäder recommendiret, der mag sich hüten einen Charackter, den er nicht suchen dürfen, wegzutragen. Man mag sich aber auch hüten, dieselben ohne Unterschied nach jetzigen Zeite zu rathen. Von diesen will ich mehr gedenken, wenn ich nur den innerlichen Nutzen des Waßers einigermaßen angezeiget, und sonderlich den, welchen es in langwierigen Krankheiten, so man chronicos nennet, oder in dermalen hartnäckigten Krankheiten, welche langwierig werden können, erweiset. Denn ob es gleich uns daran auch nicht fehlen sollte, eine eigne Abhandlung von der Wirkung des frischen Wassers in heftigen Krankheiten (morbis acutis) zu entwerfen, z. E. in hitzigen Fiebern, wo Galen frey gestehet, daß er niemals eines dergleichen ohne Waßer curiret, und den Nutzen deßelben in Gallen-Fiebern Hippokrates ganz gewiß bestimmet, da eben den Tag, wenn das Fieber am heftigsten einzubrechen drohet, so viel Waßer, als einer trinken

wollte, erlaubet sey; Celsus überdieses den Caßus anführet, der einem Febricitanten bey einen heftigen Durst frisch Waßer geben laßen, wodurch das Fieber, vermittelst des Schlafs und Schweises, glücklich verjaget worden; so würde es doch wieder unsre Absicht, nämlich von der Wirkung einer ordentlichen Waßer-Cur zu handeln, seyn, welche nur in den ersten Krankheiten statt findet. Inzwischen kann man sehen, wie es vielmals ohne gnungsame Raison geschehe, in einigen Fiebern, dem sehnlichen Verlangen des Patienten ohngeacht, etwas frisch Waßer zu verbieten. Man verschlimmert wahrhaftig sehr oft die innere Hitze mit warmen Geträncken. In bösartigen Catarrhal-Fiebern, die öfters epidemisch sind, versichert Hofmann, daß die meisten mehrentheils durch das Waßer, so man auch zuweilen mit säuerlichen Dingen vermischen könnte, ohne vielen Gebrauch der Arztneyen glücklich genesen.

Die Kraft des Waßers in langwierigen Krankheiten wirket theils vor sich, theils mit beygefügten Arztney Mitteln, sonderlich mit einem guten Verhalten in der Diät. Von allen diesen können wir nicht viel sagen, weil es die Medici, nach Beschaffenheit der Krankheit, des Patienten, und Einrichtung der Cur, sagen müßen. Alle harte, oder fette, Speisen sind zu meiden. Dagegen eine mittlere Kost, wegen der Eigenschaften des Waßers, zu erwählen. Bey Tische wird etwas guter Wein, oder Zitronen und Limonien Saft, mit Waßer, der Cur selbst wohl zu statten kommen. Uebrigens ist freylich ein Unterschied zu machen, daß man das Waßer nicht

als

als einen ordinairen Trank, sondern als eine Arztney, brauche, da man denn zuweilen gleich früh anfangen muß, frisch Waßer zu trinken. Dieses ist aber auch noch nicht gnung, sondern es wird mehrentheils der äuserliche Gebrauch des Waßers noch darzu erfodert, wie denn ehemahls dem Kayser Augustus der Musa, sein Leib-Arzt, beydes verordnete, und man darf sich, wenn man das Waßer, als ein Genesungs-Mittel, betrachtet, disfalls nicht wundern, daß Alexander de Pedemontio, ein berühmter Practicus von Verona, ein ganzes Buch de modo bibendi aquam geschrieben.

Die Wirkungen des Waßers geschehen gleichsam stuffenweise, und gehen also in langwierigen Krankheiten am bequemsten und sichersten, zumal da wenige Mittel dergleichen Tugenden zusammen besitzen. Es feuchtet, erweichet, löset auf, vertheilet, führet und treibet alsdenn durch den Urin, Schweis, und Leibes-eröfnung, oder lindert und kühlet, wodurch es zugleich stärket, es ernähret auch die ausgezehrten Theile, dahero es in den meisten abzehrenden Krankheiten und Hectischen Fiebern, desgleichen in Scorbut, Stein, Podagra und Hypochondrie, oftmals wundernswürdigen Nutzen schaffet. Hermann von der Heiden, ein ehemahliger berühmter Stadt-Physicus zu Gent, versichert, daß die Kräfte des frischen Waßers, sonderlich in der Gicht, unglaublich wären. Es giebt die sicherste und gewißeste Blut-Reinigung ab. In anhaltenden Durst, Trockenheit des Mundes, Ueberfluß der Galle, schleimiger Schärfe und Säure, in Hitze, bey stockenden Säften und Geblüte, und allen de-

nen Krankheiten, welche hieraus entstehen, wird man das Waßer, als eines der besten Mittel, finden. Loßius, ein Medicus in Engelland, recommendirete jemanden zu Dämpfung der Säure im Magen nur viel Waßer zu trinken, und Alpinus, ein Arzt in Italien, giebt hiervon so ein sattsames Zeugniß, womit ich alles dieses bestätigen kann, wenn er saget: „ In den langwierigsten und heftigsten Krankheiten pflegen alle Aerzte einen Trunk frisch Waßer zu rathen, weil es die natürliche Wärme vermehret, und sich dahero bald der Durst und die Hitze verliehret, die ganze Natur erfrischet die Krankheit selbst also zu digeriren, daß sie mehrentheils durch gelinden Schweiß, zuweilen auch gallichten Erbrechen, öfters auch durch Eröffnungen, gehoben wird. „ Unterdeßen benimmt es dem Lobe des frischen Wassers nichts, daß man es in heftigen Verstopfungen und Entzündungen, in Spasmis, Husten, Reißen im Leibe, gallichten Durchfällen, Dysenterien, der Melancholie, und einigen andern schweren Krankheiten, entweder gänzlich verbietet, oder mit großer Vorsicht gestattet. Auch weiß ich nicht, ob das frische Wasser im Stande sey, die Unfruchtbarkeit zu heben, wie man von den Sinvessanischen Wäßern in Campanien rühmet, oder alte Weiber jung zu machen, wie man von einen Quell in der Insel Bonique erzehlet, oder auch einige andere Thaten zu verrichten, welche gar nicht mit deßen Eigenschaften und Kräften überein zu kommen scheinen.

Von

Von kalten Bädern.

Die Natur hat so vielerley Bäder nicht umsonst entdecket. Unter diesen behaupten die kalten Bäder deswegen den grösten Vorzug, weil sie einen so allgemeinen Nutzen haben, den alle Gesunde nicht wohl entbehren können. Sie verdienen das älteste Mittel der Gesundheit genennet zu werden, und sind selbiger mehr unvermerkt, und doch so prächtig, zu statten gekommen, da sie nur unter der Absicht der Reinlichkeit ihre Bade-Gäste anlockten, welche aber nicht nur die Zierde und Schönheit des Menschen, sondern vornehmlich das edelste an denselben, die Gesundheit, erhebet. *) In Morgen Ländern war es wegen der grossen Hitze und staubigten Luft unumgänglich nöthig, sich öfters zu baden. Dieses thaten sonderlich die Alten, wenn sie in Sonnenschein gewandert, oder auf der Jagd gewesen waren. In dem alten Testamente musten die Priester, nach göttlichen Gesetzen, das Baden, als eine Ceremonie, beobachten, und alle verunreinigte Personen sich auf diese Art reinigen. Bey den Thieren findet sich ein natürlicher Trieb, wegen Beschwerung der Hitze und des Unflaths, in Flüsse und Teiche zu gehen, sich dadurch abzukühlen und zu reinigen.

Es konnte den Alten nicht verborgen bleiben, daß kaltes Baden der Gesundheit ungemein zuträglich

*) Hiervon findet man weiter zu lesen in des H. Hof.-Rath Platners angef. Tr. von der Reinlichkeit, wobey ich in der Vorrede darzu nur kürzlich berühret habe, daß die Reinlichkeit zu der Pflicht sein eigner Medicus zu seyn, vornähmlich gehöre.

lich sey, dahero sie auch dasselbe bey überhandneh-
menden Krankheiten versuchten, und erwünschte
Wirkungen funden, wie disfalls die ältesten Aerzte,
Hippokrates, Galen, Celsus und Aurelianus, des-
gleichen Seneca, Plinius, und viele Geschichtschrei-
ber, gegründete Anmerkungen hinterlaßen. Euphor-
bus, ein Leib-Arzt bey Juba, dem König in Nu-
midien, und sein Bruder, Antonius Musa, des-
gleichen Charmis, ein Medicus von Marseille,
brachten bey den Römern die kalten Bäder wie-
drum in so großes Aufnehmen, daß sich die grösten
Herren, bey ihren hohen Alter, und noch darzu in
Winter, derselben bedienet, da sie doch zuvor auf
warme Bäder und prächtige Gebäude erstaunen-
de Kosten gewendet. Selbst der Kayser Augustus
ließ sich die frische Wasser-Cur gefallen, da war-
me Bäder wieder die öfteren Catarrhalischen An-
fälle nicht weiter anschlagen wollten, und nach dem
Rath des Musa auch glücklich restituiret wurde.
Man darf es aber auch nicht verschweigen, daß
diese Cur dem Marcellus, des Kaysers Schwe-
ster Sohn, welchen er ungemein um sich leiden
konnte, gar übel bekommen. Hieraus kann man
sehen, daß diese Curen, so gering und einfältig als
sie scheinen, einen gründlichen und wohlgeprüften
Rath mit grosser Vorsicht erfordern, wenn man
nicht die Wichtigkeit derselben mit seinem Schaden
bestätigen will. Diese Cautele ist sonderlich zu
unsern Zeiten zu bemerken, wo man es nicht dem
Wasser Schuld geben darf, wenn eine derglei-
chen Cur fehl und unglücklich ausschläget; Man
kann aber auch nicht läugnen, daß viele Aerzte gros-

se Curen damit in schweren und sonst unerheblichen Krankheiten verrichtet.

Bey dem Rath der kalten Bäder muß man vornähmlich auf die Landes- und Lebens-Art regardieren, und was man in Norden, oder auch warmen Ländern, thut, darf man nicht gleich in Deutschland nachmachen. Sonderlich fehlet uns die Natur der Alten, welche denn auch den Gebrauch der Gesundheits-Mittel der Alten so nachdenklich und verschieden machen. Zu Maltha war ehemals ein gewisser Kapuciner, welchen die Italiener wegen seiner Methode zu curiren nur el Medico dell' aqua fusca nenneten. Dieser konnte mit puren kalten Waßer, oder durch Reiben des Kopfs und Magens mit Eis, Krankheiten vertreiben, wieder welche sonst kein Mittel anschlagen wollen. Und Paulus Aegineta berichtet, daß ein italienischer Medicus alle Anfälle der Colicke mit kalten Mitteln und Wasser zu heben versprochen, auch die meisten, wieder alles Vermuthen, glücklich gehoben habe. Würde aber dieses unsern Patienten in Deutschland nicht ganz grausam vorkommen, wenn man in Krankheiten des Magens und Unter-Leibes Eis-Schollen auflegen, oder in heftigen Kopfweh und Hitze das Haupt mit frischen Waßer waschen, wollte? dergleichen sich doch auch die Alten bedienet. Man hat gnung zu thun, bey hitzigen Krankheiten den gemeinen und schädlichen Fehler mit den enorm warmen Stuben auszumerzen; was würde man vollends darzu sagen, wenn ein Medicus ein heftiges Fieber durch Schnee curiren wollte, welches oftmahls schon glücklich geschehen, wie die Ephe-

Ephemerides Nat. Cur. bezeigen. In Africa werden die Kinder an Blattern in das kälteste Wasser getauchet, und wenn eines davon gestorben wäre, würde man längst dieses Mittel bey Seite gesetzet haben. Bey uns aber müssen viele durch übermäßige Hitze, die man innerlich mit ungeschickten Dingen, und äuserlich mit solchen erheitzten Stuben, die ein Gesunder kaum vertragen kann, und überworfenen Betten, erwecket, aus der Welt passiren. Der H. von Mayerne, und Baron von Aulbonne, welcher erstlich ein berühmter Practicus zu Paris, und endlich des Königes in Engelland Rath und erster Leib-Medicus war, berichtet, daß er einen gewißen Bischoff an einem langwierigen Kopf-Weh, wie alles vergeblich gewesen, mit kalten Waßer glücklich restituiret, und hernach auch viele andere curiret. Er hat nämlich ein in frisch Wasser gelegtes Läpgen über den ganzen Ober-Theil des Haupts schlagen, und dieses etliche mal wiederholen, laßen, biß der Kopf so erwärmet worden, daß er die kalte Feuchtigkeit bald an sich gezogen. Man müße aber, setzt er hinzu, sehr behutsam, wegen Erkältung des Gehirns, damit verfahren, weil sonst Schlagflüsse, und andere schwere Zufälle, erfolgen könnten. D. Hahn erzehlet von einem Jäger, welcher sich an einem heftigen Kopfweh, da er vor Angst und wütenden Schmerzen bald den Kopf gar zerstossen wollen, auf denselben getrost frisch Wasser laufen laßen, und sich dadurch glücklich befreyet. In Stein-Beschwerung kann man sichrer mit kalten Bädern verfahren. Nur muß der Stein noch nicht so heftig in der Blase

gewur-

gewurzelt und mit krampfhaften Zufällen verbunden seyn. Wie denn selbst ein oft angeführter alter und annoch mit seinem grossen Ruhm prangender Medicus, Mercurialis, sich von Nieren-Stein durch das Baden in dem Flusse Arnus bey Pisa curirte, und rathet denen, welche eben diesen Nutzen suchen und finden wollen, daß sie sich mit dem Rücken gegen den Strom stellen sollen. In Engelland pflegen die meisten Weiber bey dem Uebelgehen und Blutstürzungen der Gebähr-Mutter ihre Füsse in kaltes Wasser zu setzen, wie der Ritter Floyer versichert. Einen sonderbaren Nutzen haben kalte Bäder nach einem scorbutischen Friesel, welches die Erfahrung alter und gründlicher Aerzte bestärket, wodurch die ganze Oberfläche des Körpers gereiniget, die innre Wärme vermehret, das noch rückständige unreine vollends ausgetrieben, und die Natur auf eine ausnehmende Art erfrischet, wird. Es ist ein ungegründetes Vorgeben, daß kalte Bäder erkälten sollen. Wissen doch die Kinder, daß die Hände von Schnee überaus erwärmet werden. Man spüret darauf eine solche Kraft in diesen Gliedern, welche das stärkendste Mittel und kein Balsam geben kann. Dahero haben kalte Bäder in Lähmung der Glieder, der engländischen Krankheit, Gicht, und vielen andern Zufällen, ihren unvergleichlichen Nutzen. Man muß nur diese vornehmste Cautele hierbey beobachten: Daß man sich zuvor eine Zeitlang frisch wasche, ehe man das baden selber anfange. Dieses hat eine doppelte und gewiß vortrefliche Wirkung. Denn dadurch wird nicht nur die Haut gereiniget, und der Natur keine

Hindrung

Hindrung in der so heilsamen Transpiration gemacht, sondern auch mit dem darbey verbundnen reiben die Natur ungemein erfrischet, die in und unter der Haut verborgenen Unreinigkeiten desto besser fortzutreiben. Das Reiben ist im baden selbst, als eine gute Beyhülfe der Cur, nicht zu vergessen. Es ist nur in schweren und langwierigen Krankheiten auf einige Umstände zu sehen, welche diese Curen so wohl befördern, als verderben, können. Sonderlich bin ich überzeuget, daß kalte Bäder eben so gute, und wohl noch bessere, Viscera, als die meisten warme Bäder erfordern, womit auch der Ritter Floyer übereinstimmet. Denn kalte Bäder ziehen die Schweiß-Löcher zusammen, und treiben die Wärme nach den inneren Theilen, welche denn mehr concentriret wird, und dahero verschlossene Gänge eröfnen, oder schwere Verhaltungen verhindern, kann. In gefährlichen Verstopfungen, heftigen Entzündungen, Anbruch der innerlichen Glieder, wird man hingegen nicht wohl damit ankommen. Ich weiß auch nicht, ob sie denen, welche mit Engbrüstigkeit, Schauer, Krampfzuckungen, Convulsionen, Ohnmachten, und sonderlich solchen Krankheiten, welche nach heftigen Alterationen des Körpers erfolgen, zu rathen seyn möchten, und denen, so die Rose haben, sind sie gar zu verbieten. Befindet sich die Natur bey Krankheiten in einem unverbesserlichen Zustande, so kann weder der Medicus, noch das Wasser, eine neue Natur schaffen, oder dieselbe auf einen andern Weg leiten, weil bey keiner Cur mehr in und mit der Natur gearbeitet wird, als bey kalten Bädern.

Man hat auch noch andere gute Wirkungen von dem äusserlichen Gebrauch des frischen Wassers. Die Alten pflegten diejenigen, so einen tollen Hundes-Biß erlitten, geschwind ins See-Wasser zu tauchen Es war ihnen auch das Glieder-Begiessen bey Steifungen und Schwindungen mehr, als uns, bekannt. Des Kaysers Augustus Hof-Poete, Horaz, befunde das frische Wasser bey seinen trieffenden Augen von ungemeinen Nutzen, wie denn auch zu unsern Zeiten der berühmte D. Harvey dieses Mittel aufs neue treulich angepriesen. Leute, die in Ohnmacht fallen, werden oft mit etwas frischen Wasser mehr ermuntert, als mit begeisterten Dingen. Ob bey der Wasser-Cur nicht auch Clistire mit frischen Wasser zur Reinigung und Stärkung der Gedärme anzuwenden? ist eine Frage, die nicht vor überflüßig und nichtswürdig darf gehalten werden. Unter den Alten hat schon Eudemus das Herz-Weh damit curiren wollen. In Fiebern und hitzigen Krankheiten versichern uns Männer unter den Aerzten, die wegen ihrer Gründlichkeit, Erfahrung, und ihres Alters, allen Beyfall und Hochachtung verdienen, eines unvergleichlichen Nutzens. Ja auch Gesunden kann man diese, wegen der Natur des Körpers, und der ihr ähnlichen Eigenschaften des Wassers, zu recommendiren nicht vergessen.

Wir haben mit Fleiß den diätetischen Nutzen und die guten Wirkungen kalter Bäder, in gesunden Tagen, zu rühmen bis hieher verspäret, weil beydes so beträchtlich ist, daß sie das würdigste Lob und den nachdrücklichsten Rath verdienen. Kaltes baden in gesunden Tagen conserviret nicht nur die Gesundheit, sondern präserviret auch vor vielen,

 ich

ich dürfte bald sagen, vor die meisten Krankheiten. Das Beyspiel der Alten dienet zum Beweiß dieses Satzes. Dieses geschiehet nicht nur, in Ansehung der öftren Reinlichkeit, welche die Wege der Natur durch die Oberfläche des Körpers stets offen und frey erhält, sondern auch in Ansehung der elastischen Wirkung, so aus der Kälte herstammet, und die Decke des Leibes in solchen festen Stand setzet, daß die ganze Natur und Action der inneren Glieder ermuntert und verstärket wird. Die Haupt-Wirkung der kalten Bäder bestehet in Erhaltung und Vermehrung der innerlichen und natürlichen Wärme. Nach dieser verhält sich die Gesundheit und das Leben. Die stärkste Hitze der warmen Bäder ist hierzu theils zu wenig, weil sie nur superficialiter wirket, und die innerlichen Glieder mehr schwächet, theils zu unbequem, weil ein Gesunder nicht so öfters warme, als kalte, Bäder brauchen kann. Wir verachten dißfalls nicht die warmen Bäder. Es ist dieses von uns so weit entfernet, daß wir ihren besondren Nutzen in gewissen Krankheiten noch über die kalten Bäder setzen. Zu diesen tritt noch eine kräftige Bewegung von aussen, welche die Muskeln, die mechanischen Werkzeuge des Leibes, ungemein activ, und dadurch alle Glieder dauerhaft, macht, wo das reiben bey dem baden, die Bewegung im schwimmen, und das wallen und strömen des laufenden Wassers, einigermassen das reiben ersetzet. Die Alten pflegten sich, dieses Nutzens wegen, noch vor den baden, mit Tüchern zu reiben. Will und kann man in einem Garten aus einer Fontaine baden, und das Wasser nach und nach auf sich strömen lassen, so erhält man wieder hierbey

einen vortreflichen Nutzen. Man darf nicht meynen, daß das lustige baden bey kalten Bädern, und die freye Luft, Schaden anrichten könne, wie dieses bey warmen Bädern anzumerken. Vielmehr ist sicher zu hoffen, daß, da das Athemhohlen in baden um ein grosses verstärket wird, die Lungen-Gefässe dadurch von vielen Schleim gereiniget, der Lauf des Geblüts in eine weit beßre Ordnung und Kraft, folglich das Leben und die Gesundheit, die vornämlich darinnen bestehet, in größten Vigeur gesetzet werde. Nur muß man sich dabey vor jählinger Veränderung hüten, und ja nicht auf grosse Erhitzung, wo die Natur ohnedem schwach ist, baden, wie denn dißfalls dem grossen Alexander der Fluß Granicus gar übel bekommen. Ich habe schon oben gesagt, daß das baden aus flüssenden Wasser, oder einem Bach, am besten sey. Die Alten bedienten sich dißfalls so wohl zur Lust, als auch vornämlich um der Gesundheit, des schwimmens, und pflegten sich, um beßrer Bewegung willen, noch vorher zu salben. Cardanus beschreibet desselben Nutzen: „Das schwimmen macht den Körper über die Massen dauerhaft, stärket das Haupt, und die natürliche Wärme, löschet den Durst und erwecket den Appetit, hebet die äusserliche Hitze, erquicket und ermuntert den ganzen Menschen. Zur Sommers-Zeit ist dieses sehr bequem, und zwar in Schatten. Das Schwimmen in dem Meere aber vertreibet den Ausschlag, und heilet den Aussatz. Es verstärket alle Glieder, sonderlich die oberen, welche mehr, als die unteren, beweget werden. Den Nieren und der Blase ist es sonderlich zuträglich.

Allein die zärtliche Erziehung, welche man zu unsern Zeiten findet, hat die Gewohnheit kalt zu baden, und die Gesundheit selbst, in grosses Abnehmen gebracht. Nach einem so veränderten Gesundheits-Zustande, und schwächlichen Natur der Menschen, müssen freylich auch die Aerzte ihre Methoden einrichten. Ich gebe es zu, daß der Rath mit kalten Bädern jetzo auch wenigen Gesunden zu vertrauen sey. Ich versichere aber auch dabey, daß junge Leute ihre Jugend noch schöner, und starke Personen ihre Gesundheit noch dauerhafter, machen können, wenn sie nur gleich anfangen, sich erst frisch zu waschen, ehe sie das Baden selber brauchen. Werden wir den Fußstapfen der Alten, die gewiß viel auf die Gesundheit hielten, nachfolgen, so können wir auch ihre Natur, oder wenigstens eine Verbeßrung unsrer Natur, erhalten. Die Griechen giengen ehemals Sommer und Winter unbedeckt, und wir finden nicht, daß sie so sehr an Flüssen und Kopf-Schmerzen laboriret, die zu unsern Zeiten gänge und gebe sind. Nun rathe ich nicht, daß einer mit blossen Kopfe herumlaufen sollte, denn man möchte den Kerl vor rasend halten; Man schreibe aber doch diese Zufälle der unschuldigen Luft nicht zu, die man etwa alle Quartale einmal in Freyen geniesset. Ich will auch nicht die Gewohnheit der Römer in neue Mode bringen, welche das Wasser aus Spring-Brunnen getrost auf ihre Köpfe laufen liessen. Aber sich angewöhnen, daß Haupt öfters mit frischen Wasser zu waschen, kann ich mit dem Celsus anzupreisen, nicht entstehen, der zugleich, seiner Erfahrung nach, bezeiget, daß bey

Schwach-

Schwachheit des Hauptes, worüber man in unsern Tagen so jämmerlich klaget, nichts bessers sey, als den Kopf des Tages etliche mal frisch zu waschen. Bey der Schwäche des Magens, kann man ferner ohne Bedenken die Gegend desselben mit kalten Wasser wohl reiben, wie dieses schon viele Medici zu unsern Zeiten mit guten Erfolg brauchen lassen. Endlich bekommen kalte Bäder Gesunden zu der Zeit am besten, wenn die Luft durch den Ost-Wind schwer und staubigt gemachet wird, damit dieselbe gnugsamen Wiederstand an dem muntren Körper finde, und der gesunde Zustand desselben nicht verändert werde.

Die Lebens-Art vieler Menschen, welche sich an kaltes Baden gewöhnen, und in frischen Wasser arbeiten, giebt über dieses noch einen Beweiß, welcher den Nutzen von dieser guten und gesunden Gewohnheit genugsam bestätiget. Die Schwimmer, und Fischer, desgleichen die Schiff-Leute, haben gemeiniglich eine dauerhafte Natur, und kommen zu einem hohen Alter. Die nordischen Völker, welche der Kälte von Jugend an gewohnt sind, und sich mit Lust in Schnee begeben, erfahren die wenigsten Krankheiten. Bey den Jüden, welche sich und ihre Kinder sehr oft in frischen Wasser baden, wird man wenig von der engländischen Krankheit, und andern Gebrechen, hören. Herr Lock hat dahero in seinem Buche, von **Erziehung der Kinder**, mit Grund angerathen, daß Mütter ihre Kinder so gleich an kalte Bäder gewöhnen sollen, und es darf ihnen nicht unvernünftig, oder erschrecklich, vorkommen, da sie versichert seyn können,

 daß

daß es die Medici mit beyden um ihrer Gesundheit recht wohl meynen. Dieses geschiehet um so behutsamer, weil das Baden der Kinder mehr einem Waschen gleichet. Der berühmte Hofmann bestätiget dieses mit einem gründlichen Urtheile, wenn er also saget: „Es ist ein sehr gemeiner und schädlicher Fehler, welchen die meisten Mütter, oder solche Weiber, welche die Vorsorge der Kinder auf sich nehmen, begehen, wenn sie die Kinder in steter Wärme halten, und auf alle Art verhüten, daß ihnen nicht das geringste kühle Lüftgen angehe, woher es denn kommt, daß die Kinder, wenn sie unter freyen Himmel gehen, ungemein schwach werden, und nicht den geringsten Anstoß von der Kälte, oder nicht ohne grossen Schaden, vertragen können. Dahero war die Gewohnheit der alten Deutschen lobenswürdig, welche durchgängig neugebohrene Kinder in frisch Wasser, ja in Flüsse, eintauchen liessen, wie schon der alte Poet Claudianus bezeiget, und dieses zu keinem andrem Ende, als daß die zarten Körper schon in den ersten Jahren der Kälte gewohnt, und desto dauerhafter und stärker, werden möchten.„ Sonderlich können junge und sonst gesunde Leute zur Befestigung ihrer Gesundheit nichts bessers thun, als daß sie im Sommer, und zumal in Hunds-Tagen, bey grosser Hitze, in frischen Wasser baden, wodurch sie recht reinlich und munter werden, dahero Galen jungen Knaben das Schwimmen anrathet. Würde man sich dieses angewöhnen, so könnte man sich alsdenn im Winter nicht nur ganz sicher mit Schnee reiben und waschen; sondern kalte Bäder würden auch vielen Kranken

ein heilsames Bethesda werden, und man würde den Nutzen davon im Alter empfinden, welchen die Aerzte mit Grund und Aufrichtigkeit ohne Interesse so sehr anpreisen.

Von der Milch-Cur.

So viel Behutsamkeit die Wasser-Curen erfordern, wenn sie glücklich ausschlagen sollen, desto mehr Vorsicht hat die Milch-Cur nöthig, welche auch nicht allen Gesunden bekommt. Hierzu ist eine besondre Vorbereitungs-Cur, eine genaue Diät bey dem Gebrauch der Milch selber, und ein gutes Verhalten nach der Cur, überall aber ein sehr geschickter Rath eines Medici, unentbehrlich. Ehe ich die Kraft und Cur der Milch insbesondre beschreibe, will ich davon etwas überhaupt gedenken.

Die Milch giebt unter allen Speisen die kräftigste Nahrung, wie wir an den Kindern sehen, die am besten mit guter Milch erhalten werden. Ihre Kräfte kann man zwischen dem Oel und Wasser setzen. Es ist aus der Historie bekannt, daß ehemals ganze Nationen ihre Lebens-Art bey blossen Milch-Wesen geführet, wie man sonderlich bey dem Homer findet, und Herodotus von den Aethiopiern, Cyclopern, Strabo, von den alten Galliern, und andere mehr von gewissen Völkern, bezeugen. *) Doch lässet sich muthmassen, daß das Milchtrinken nicht so alt, als das Wassertrinken, sey. Bey den Africanern und Saracenen, war die Kameelen-Milch, wie noch jetzo bey den Tartarn die Pfer-

*) Ouid. Fast. L. IV. v. 36.

de, Milch, im Gebrauch. Conring berichtet in s. B. de caus. habit. corp. Germ. von unsern alten Deutschen, daß sie die Milch mit zu ihren Getränken erwählet. Bey den Schweitzern und Nord-Holländern finden wir noch heutiges Tages, daß sie mehrentheils Milch-Sachen haben, und dabey ein sehr gesundes und hohes Alter erreichen.

Wie aber vernünftige Aerzte öfters besondere Speisen zu Arztney-Mitteln auslesen, und sich von jenen mehr, als von diesen, versprechen, so konnte ohnmöglich die Milch dabey übergangen werden, zumal, da man mit allgemeiner Erfahrung bemerkte, daß diejenigen, welche eine solche Lebens-Art mit Milche führeten, von vielen Krankheiten befreyet waren. Und so finden wir, daß von Hippokrates Zeiten an, die Milch zu ordentlichen Curen angewendet worden. Raby Moyses lobet in s. Ep. die Kameelen-Milch in Leber-Krankheiten, wie denn die jüdischen Aerzte noch bis dato Milch mit Mandeln vermischt, in vielen Zufällen, brauchen. Servilius Damokrates curirte eines römischen Bürgers, gleiches Namens, Tochter, mit purer Ziegen-Milch, wie Plinius berichtet, bey welchem nebst dem Aristoteles und Homer viele Spuren hiervon zu finden. Von den Arcadern erzehlen die Geschicht-Schreiber, daß sie sonst kein Arztney-Mittel gebrauchet, sondern nur zur Frühlings-Zeit, weil da die Kräuter in ihren besten Saft wären, und die Milch derselben Kräfte in sich zöge, Milch getrunken. Dahero Prosper Martianus in s. Comm. in Hipp. versichert, daß vor diesen kaum eine Krankheit gewesen, worinnen nicht die Milch vor das vornehm-

ste

ste Hülfs-Mittel gehalten worden, und man habe damit zuerst bey den Arabern, denn bey den Griechen und Römern, in den desperatesten Krankheiten glückliche Curen verrichtet. Hiervon giebt auch ein unverwerfliches Zeugniß der so genannte Milch-Berg, welcher noch heutiges Tages il Monte della Torre genennet wird, und ohnweit dem Berge Tabia, wovon oben gedacht, lieget, wie bey dem Caßiodorus zu finden, allwo, wegen der fetten Weyde und gesunden Kräuter, gemeiniglich dergleichen Curen angestellet wurden.

Weil nun die Milch, als ein Mittel von sonderbarer Wirkung, in grosser Achtung war, so setzten dahero die ältesten Aerzte ihre gewissen Kräfte in verschiedenen Krankheiten. Hippokrates, welcher berichtet, daß schon Pythocles seinen Kranken Milch und Wasser vermischt gegeben, riethe dem Clonigius, an einem schmerzhaften Blut-Harnen von einem Zufall der Nieren, Ziegen-Milch mit 3. Theilen Wasser zu trinken. Eine Frau, welche nach der Geburt Blutspeyen überkommt, wo denn die Leber nicht richtig ist, soll 40. Tage des Morgens erst Esels-Milch, und denn Küh-Milch, brauchen. Trallianus lobet gleichermassen die Milch in Blutspeyen, und bey dem Aussatz und der Melancholie, das Molken. Dioscorides in Hals-Lungen-Blasen- und Nieren-Geschwüren. Celsus und Galen rathen die Milch in dem Ansatz zur Schwind-Sucht und verzehrenden Fiebern, und Aretäus bekräftiget es, daß Schwindsüchtige, wenn sie viel Milch trinken wollten, weiter kein Mittel brauchten. Zu geschweigen, was Aurelianus, Aetius, und viele an-

 dere

dere der Alten, hiervon vor wichtige Zeugnisse hinterlassen.

Unter den neuern Aerzten hat die Milch gleichfalls würdige Lob-Redner gefunden, welche überall in grossen Ansehen und häufiger Erfahrung gestanden. Ich will das wenigste anführen. *) Jöpfer rathet die Milch in der Melancholie, wenn die Viscera dabey pecciren. Greisel, ein ehemaliger Medicus zu Wien, in der Gicht. Böckler in der Epilepsie, die aus hypochondrischen Anfällen entstanden. Meibom in der Hectick und Schwind-Sucht. Sydenham in der Mutter-Colick. Riedlin in schwächlichen Alter. Doläus und Waldschmidt, zween ehemalige Leib-Aerzte bey dem Land-Grafen von Hessen-Cassel, rühmen die Milch in dem Podagra, und erstrer verspricht nicht geringen Nutzen

davon

*) Joh. Raymund Fortis hat in s. Indic. I. et II. Tomi Consult. et Resp. med. einen ganzen Catalogum der Krankheiten benennet, worinnen die Milch Kräfte einer Panacee verrichten solle. Andere Schriften, die davon handeln, als Costäi, eines Prof. zu Bononien, Martini, eines Leib-Arztes des Prinzen von Condé, Dobrzensky und Geelhausens, beyde Prof. zu Prag, Baricelli nebst den übrigen anzuführen, halte ich vor überflüßig. Viel lesenswürdiges davon stehet in d. Act. Nat. cur. und Breßl. Sammlungen. Bey Blankards Abh. vom Podagra findet sich ein Send-Schreiben an H. J. Pilet in Paris 1679. worinnen der nützliche Gebrauch der Milch vor Gesunde und Kranke, sonderlich in dem Podagra, vorgestellet wird, desgleichen H. Phil. Jac. Sachs von Lewenheimb Beschreibung der Milch, worinnen dargethan wird, daß solche der Podagristen bester Trost sey.

davon in dem Nieren-Weh von Stein-Schmerzen. Hofmann recommendiret sie in allen langsamen und verzehrenden Fiebern, in Abnehmen von Scorbut, langwierigen Husten, krampfhaften und hysterischen Zufällen, in Geschwüren der innerlichen Theile des Unterleibes, und endlich in der Gicht, wenn dieselbe ein auszehrendes Fieber begleitet. Der Hr. von Heucher, Jhro Königl. Majest. in Pohlen ehemaliger Leib-Medicus, bezeuget von der Milch, daß sie das kräftigste Specificum wieder den Gift und alle Arten desselben sey. Besonders ist merkwürdig, was Lancisi, ein grundgelehrter päbstlicher Leib-Medicus, von einer 1709. zu Rom graßirenden Seuche meldet, daß darinnen die Milch-Sachen den heilsamsten Nutzen vor allen andern Mitteln erwiesen, dahero habe ein ganzes Concilium von Aerzten den Rath ertheilet, daß durch ein päbstliches öffentliches Decret der Preiß der Milch vermindert würde, damit sie desto gemeiner zu haben seyn möchte.

Ohngeacht die Milch-Curen bey veränderten Zustand der Arztney-Kunst gar sehr in Verfall gekommen, so haben sich doch hier und da einige gefunden, welche sie theils glücklich angerathen, theils selbst mit erwünschten Nutzen gebrauchet. Jn vorigen Seculo soll ein gewisser Medicus zu Paris die Milch-Cur wiedrum in neue Mode gebracht, und gute Curen damit verrichtet, haben. Der Herr von Lewenheimb führet einen gewissen Geistlichen an, welcher sich bey dem Grafen von Megen, Gouverneur der Stadt Namur, in spanischen Niederlanden aufgehalten, der die Milch-Cur an sich gut befunden,

funden, und alsdenn so recommendiret, daß viele Gräfliche- und Standes-Personen dieselbe mit grossen Nutzen gebrauchet. In Holland, der Schweitz und Italien, werden noch viele dergleichen Curen angestellet. Blankard erzehlet, daß er aus Rom von dem berühmten Jesuiten, Athanasio Kirchern, einen Brief erhalten, in welchem er unter andern bezeuge, daß ihm einige Personen zu Rom, Padua und Palermo, in Sicilien bekannt, welche sich nicht nur durch die Milch-Cur vom Podagra befreyet, sondern auch eine weit beßre Gesundheit erlanget. Man wird also das Lob vor desto weniger verdächtig halten, welches Joh. Jacob Wepfer, ein sehr geschickter Doctor, in s. Ep. an den Verzascha der Milch beyleget. „Es ist gewiß, sagt er, daß in der Milch eine, so zu sagen, göttliche Kraft zu finden. Zuvor hätte ich es niemals geglaubet, wo ich es nicht selbst erfahren, und mit Augen gesehen, hätte. Ich habe nämlich gesehen, daß Leute dadurch gleichsam neu gebohren worden, denn durch rechten Gebrauch derselben haben viele eine dauerhaftere Leibes-Beschaffenheit, beßre Farbe, und rechte starke Kräfte, erhalten.„ Und der berühmte Hof-Rath Stahl lässet sich in s. Diss. de phthisi also vernehmen: „Die Milch-Cur braucht keiner neuen Lobes-Erhebungen, welches schon von anderen zur Gnüge geschehen. Und wenn auch dieses nicht wäre, so würden wir ihr doch nicht eine vollständige Lob-Rede halten können. Wir verstehen durch diese Cur nichts anders, als daß man eine mäßige Diät führe, und die Sache der Natur überlasse. Die Erfahrung ist dißfalls Zeuge.„

Ich

Ich habe alles dieses, ob es schon zu weitläufftig scheinet, mit guten Bedacht deswegen anführen wollen, weil dergleichen Cur noch viele Verächter hat, und denen die Kräfte natürlicher Mittel wegen ihrer durch viele Kunst erhaltnen hohen Arztney-Wissenschaft gar nicht anstehen. *) Es ist zwar meine Sache nicht, mich dißfalls mit einigen zu überwerfen. Nur muß man die Mittel, welche GOtt in die Natur auf eine einfältige Art geleget hat, nicht verachten, und denen durch die Kunst zubereiteten Arztney-Mitteln gewissermassen nicht vorziehen. Man hat auch dieses gar nicht Ursache, da es bekannt ist, daß dergleichen Curen, ob sie schon geringe scheinen, gewiß einen sehr gründlichen und geschickten Rath, auch des grösten Medici, erfodern, welches mehr sagen will, als einen Sermon aus dem Urin zu halten, allerhand Schmiralien zu verfertigen, und sie als grosse Mirakel auszugeben. So hat sich vor einiger Zeit einer unterstanden, dessen Gehirne wohl recht mit Spinne-Weben muß eingenommen gewesen seyn, folgendes Urtheil zu fällen: „Ich halte also alle Milch- und Molken-Curen vor ein wieder die Vernunft laufendes Hirn-Gespinste.„ Daß aber der gute D. diese Weise zu curiren nicht verstanden hat, ist gleich hieraus zu sehen, da er noch darzu setzet und besorget, die Patienten würden entweder im Durchfalle crepiren, oder im

*) Solche Leute beweisen ihre Sache mit der Schrift: Der HERR lässet die Arztney aus der Erde wachsen, und ein Vernünftiger verachtet sie nicht. Es ist aber das beste, daß sie ihren Character zugleich mit melden.

im Schlamm ersticken müssen. Ob aber sein Arcanum philosophicum, wie er sein Mittel wieder die Schwindsucht getaufet hat, etwas beßres ausrichten könne? wäre den armen Schwindsüchtigen und Podagristen zu wünschen. Ich will vernünftigen Leuten des weltberühmten Hofmanns Judicium, welches auf Gründlichkeit und Erfahrung stehet, dißfalls recommendiren. *)

Wie die Motion in der Hypochondrie, der Mercurius in der venerischen Krankheit, und die China-Rinde in kalten Fiebern, so soll die Milch in der Hectick, Gicht, und Podagra, ein Specificum seyn. Weil aber die Wirkung auch des kräftigsten Mittels nicht absolute, sondern relative, geschiehet, so hat gleichermassen die Erfahrung gelehret, daß die Milch-Cur nicht allemal nach Wunsch ausgeschlagen sey. Man muß aber den Fehler nicht in der Milch, sondern bey dem Medico und den Patienten, suchen. Die Cur richtet sich nach den Ursachen, und diese hinwieder nach den Umständen des Körpers, auch ist nicht nur auf die Krankheit, sondern besonders auf die Zufälle, welche sie begleiten, wohl acht zu geben, ob diese etwa der Milch entgegen seyn? Z. E. die Milch-Cur, wenn sie recht angestellet wird, hebet das Podagra. Wenn sich aber hierzu ein Fieber gesellet, oder sich der güldnen Ader-Fluß anmeldet, oder auch mit hypochondrischen

*) In der gründlichen Anweisung, wie ein Mensch durch vernünftigen Gebrauch verschiedener mineralischer Wässer, der Esels-Milch, Molken, wie auch der mit Milch vermischten Sauer-Brunnen, seine Gesundheit erhalten, und sich von schweren Krankheiten befreyen, könne. 8ter Theil.

drischen Anfällen in Freundschaft stehet, so muß man die Milch bey Seite setzen. So berichtet Dolåus von einem gewissen Grafen, der die Milch-Cur bey den Håmorrhoiden gebraucht, und täglich zu etlichen Pfunden Blut weggelassen, daß er, wo er nicht damit inne gehalten, in die Wasser-Sucht verfallen wäre. Gabriel Fonseca, weyland Pabsts Innocentii X. Leib-Medicus, giebt von der Milch-Cur folgendes Urtheil: „Es ist wohl zu überlegen, sagt er, bey was vor Beschaffenheit die Milch mit guten Nutzen könne gebraucht werden. Wenn das Podagra von einer dinnen und gallhaften Materie, oder grossen Hitze der Leber, herrühret, kann man Küh- oder Esels-Milch 40. Tage lang trinken. Wenn aber das Podagra von einem aus dem Haupte herabsinkenden kalten Fluß entstanden, so kann ich nicht sehen, daß die Milch einer solchen Complexion dienlich seyn werde.„ Lewenheimb erzehlet, daß ein gewisser Edelmann in Schlesien, der ohngefehr 40. Jahr alt, und an einer Glieder-Krankheit laboriret, durch die Milch-Cur nicht nur seine Maladie verschlimmert, sondern sich noch gefährliche Geschwulst und Aufdünstung des ganzen Leibes zugezogen, daß er davon abstehen müssen, wenn er nicht den Tod in Milch-Töpfen finden, und vor der Zeit nach der Milch-Strasse des Himmels reisen, wollen.

Hippokrates, der sonst den heilsamen Gebrauch der Milch so erhebet, verbietet sie in Kopf-Weh, Fiebern, Hypochondrie, und denen es stets im Leibe herumgehet, oder die einen übermäßigen Durst empfinden, desgleichen in galligten Abflüssen, und solchen,

solchen, die eine häufige Abführung des Geblüts erlitten. *) Dagegen bekommt sie hageren und abgezehrten Personen, folglich in langsamen Fiebern, wenn keines von obigen Merkmalen anzutreffen. Aetius verbietet sie in innerlichen schweren Verstopfungen, und in Stein-Schmerzen, doch nimmt er hiervon die Esels-Milch aus. Dioscorides wiederrathet sie allen Milzsüchtigen. Bey Nerven-Krankheiten, dem Schwindel, der Epilepsie und kalten Fiebern, muß man sie völlig meiden. Wenn der Körper mit Vollblüthigkeit und vielen Unreinigkeiten beschweret ist, muß er ganz besonders darzu präpariret werden. Sydenham versichert dahero, daß einem mäßig cholerischen und phlegmatischen Temperamente nichts besser, als die Milch-Cur, bekomme. Er habe aus der Erfahrung, ob es gleich einigen dem ersten Ansehen nach wunderlich vorkommen möchte, daß gewisse Frauens-Personen, welche lange Zeit mit hysterischen Zufällen beschweret gewesen, auch vielmals allen Rath der Aerzte vergeblich angewendet, endlich durch den Gebrauch der Milch ganz allein in einiger Zeit, und glücklich, genesen; sonderlich wäre sie solchen wohl bekommen, die an der Mutter-Staupe laboriret, welche nur mit schmerzstillenden Dingen könne besänftiget werden. Vielleicht weis es mir ein guter Mann noch Dank, welcher eine von dieser Paßion eingenommene Frau hat, daß ich dißfalls die Milch-

Cur,

*) vid. Büchneri Monita quaedam pract. circa nox. ex salut. vsum lactis iuxta Hipp. Aph. XIV. S. v. Erf. 1739.

Cur, und wegen der bequemen Abwartung zugleich das Land-Leben anpreise.

Weil die Milch vor allen andern Lebens-Mitteln eine überaus kräftige Nahrung giebt, welche nicht nur in den ersten, sondern auch den andern Wegen der Natur von statten gehet, so bekommt sie auch dahero in allen Abzehrungen und gewißen Krankheiten, die mit einem hectischen Fieber begleitet werden. Einen sonderbaren Nutzen leistet sie nach überstandenen Salivations Curen. Wegen der gelinden Schärfdämpfenden Kraft, welche die Milch besitzet, verschaffet sie erwünschte Hülfe in scorbutischen Krankheiten, wenn nur die Cur recht angestellet wird. Die vornehmsten Cautelen bey der Milch-Cur sind folgende: Wenn sich nach Gebrauch der Milch starke Eröffnungen, Hitze, Kopf-Weh, Uebelkeiten, Verstopfungen, Geschwulst, oder dergleichen ähnliche Zufälle, einfinden, so hat die Cur ein Ende. Sind die Krankheiten, worinnen sie sonst augenscheinliche Hülfe erweiset, zu sehr eingewurzelt, und mit unerheblichen Umständen verbunden, so wird weder die Milch- noch Gold-Cur eine neue Gesundheit verschaffen, ob schon die Milch manchmal, jedoch nicht ohne große Vorsicht, auch ihre schmerzstillende und lindernde Kraft erweiset. In den Actis Erudit. M. Nouembr. 1701. wird aus den Breßl. Samml. folgendes gesagt: daß die Milch-Cur in der Hectick, worinnen sie sonst so sehr gerühmet wird, wenig nützen werde, wenn die Lungen Gefäße zugleich verhärtet und verschwollen sind. Hingegen, wenn die Krankheit, nach eines Medici genauen Untersuchung, so beschaf-

fen

sen, daß diese Cur mit guten Vertrauen angestellet wird, bezeiget der ehemalige Geheimde Rath Hofmann, daß zu Dämpfung, Auflösung und Ausführung der dicken Materie in den Lungen-Gefäßen nichts beßres und geschickters, als die Milch ihres süßen und reinigenden Salzes wegen sey. Ueberdieses ersetze sie auf eine ungemeine Art die verlohrnen Kräfte, mäsige die innerliche Hitze, ernähre die ausgezehrten Theile, und bewahre alle Wege der Natur frey. Ich will dieses großen Medici Judicium von dieser Cur überhaupt noch anführen: „ Die Milch-Cur, saget er, bekommt nicht allen ohne Unterschied. Wenn nämlich der Körper vollblüthig, der Magen und andere Gefäße mit Unrath, schleimigten und säuerlich-tartarischen Feuchtigkeiten, angefüllet, und die Viscera obstruiret sind, bey denen wird diese Cur nicht gut ablaufen. Vielmehr wird der Anbruch der innerlichen Glieder dadurch die Bleich- und Wassersucht, Auseuterung, und Entzündungen, erwecken. Dieses habe ich, und andere, sehr oft angemerket. Wenn aber das Subject hager, der Körper perspirabel, und salzigte warme Feuchtigkeiten hat, wie dieses in der laufenden Gicht, so von der Galle ihren Ursprung nimmt, zu observiren, so ist die Milch das kräftigste Mittel, indem sie die Schärfe und das salzigte Wesen dämpfet, doch ist allezeit erst darauf zu sehen, ob der Magen die Milch annehmen, und die Coagulation derselben, so allemal zu geschehen pfleget, bezwingen, könne? Es lieget auch hieran nicht wenig, wie die Milch soll gebrauchet werden? Am besten ist es, wenn sie warm getrunken,

ken, und zur Hälfte mit einem Trank von Ehrenpreis, Gamanderlein, und Oder Mennige, verdinnet wird, wodurch alle Verstopfung und gefährliche Gerinnung, welche das Milch-Wesen drohet, glücklich kann abgewendet werden. Es kann auch diese verdinnete Milch die salzigten Theilgen besser auflösen und ausführen, als wenn die Milch dicke ist.„

Ehe wir noch die Milch-Cur insbesondre beschreiben, wird es nöthig seyn, von der Milch selbst etwas zu gedenken. Alle Milch hat eine lindernde, nährende und stärkende Kraft. Die ist aber, nach Verschiedenheit der Thiere, ihres Wesens und ihrer Zubereitung, sehr unterschieden. Esels-Milch ist die dinneste, und ihrer medicinischen Eigenschaft wegen die kräftigste, welche sonderlich in Italien, wo diese Thiere sehr gemein sind, und alt werden, getrunken wird. Nach dieser kommt die Ziegen-Milch, welche mit jener fast gleiche Kräfte besitzet, jedoch mehr fettes und dickes Wesen hat. Beyde dienen zur Oeffnung des Leibes, treiben den Urin, und heben anstoßende Verstopfungen. Küh-Milch nähret kräftiger, und die Milch von Schaafen verrichtet dieses noch stärker, welche leztre zwar nicht zur Cur genommen, und jene zu Ende derselben und der Ordnung nach verschrieben wird. Es soll zwar die Milch von jungen Frauens-Personen die zarteste, süßeste und beste seyn, und alle die Kräfte, welche die Milch von Thieren besitzet, übersteigen. Wir wollen aber nur bey obigen bleiben; Denn vor Knaben, welche bey ihrer Krankheit schon alt worden, möchte sich so leicht keine Amme finden, und sonst

nicht rathsam seyn. Unterdeßen kann sie bey erwachsenen Kindern in der Verzehrung, engländischen Krankheit, und dergleichen langwierigen Uebeln, mit sonderlichen Nutzen angewendet werden. Hildanus führet hiervon ein merkwürdiges Exempel an. Ich hatte einsmals einen Knaben von ohngefehr 3. Jahren an einem schweren Durchfall in der Cur, welcher bald einer Dysenterie, bald einer Lienterie, ähnlich war; Alle innerliche und äuserliche Sachen brauchte ich vergebens. Da endlich wenig Hoffnung zu deßen Erhaltung übrig zu seyn schiene, fügte es sich, daß die Mutter eine Tochter zur Welt brachte. Ich riethe ihr dieses Kind einer Amme zu übergeben, und das dreyjährige Büsgen, welches von den langen siechen ganz kraftlos war, von neuen anzulegen. Die Frau folgte meinem Rath, welcher auch so glücklich ausschlug, daß in kurzen nicht nur das Uebel gestillet, sondern auch der Knabe die besten Kräfte wiederum erlangte.

Die Milch hat dieses vor allen andern Nahrungs-Mitteln voraus, daß sie einen besondern süßen Geschmack, und so wohl als ein Trank, als auch zu einer Speise, dienen kann, überdieses hat sie keine solche Zubereitung in dem Körper nöthig, wie andere Speisen. Sie darf nicht erst in Chylum verwandelt werden, sondern es ist gnung, daß sie etwas im Magen geändert, den gröbern Theil hinterläßet, und alsdenn zum Geblüte gehet.*) Dahero wird

*) Merkwürdig ist es, daß alle Speisen in einen Milch ähnlichen Saft, welchen man Chylum nennet, müßen verwandelt werden, ehe sie ins Blut gehen

wird es bey vielen Personen auf dem Lande zufälliger weise ein Medicament. Boerhaave hat einen Versuch angestellet, und dadurch erfahren, daß die Milch in einem mit sauern Säften angefüllten Körper die völlige Farbe behalte, wenn aber eine alkalische Schärfe darinnen den Vorzug hat, so nimmt die Milch zuerst eine der Gallen-ähnliche couleur an sich, die nachmals immer dunkler, und endlich gar roth, wird. Der berühmte Lower versichert, daß sich die weise Farbe der Milch 12. Stunden nach der letzten Mahlzeit gänzlich verliehre.

Die Milch bestehet erstlich aus etwas oeligten und fettigten Wesen, nämlich dem Raam, woraus die Butter gemacht wird, welche Aristäus zu erst erfunden haben soll, denn aus einem groben erdig-

gehen. Gewißermaßen kann man sagen: Alle Speise muß zu Milch, und alles Blut aus Milch, und Milch wiederum aus Blute, werden. Ich weiß wohl, daß der Chylus nicht immediate ins Blut geführet wird; Allein die Milch ist auch viel reiner, als der Chylus. Die Gesundheits-Gelehrten sind noch nicht einig, ob die Milch aus dem Chylo, oder aus dem Blute, entstehe? Diese Frage ist zum Disputiren eingericht, denn beydes muß man annehmen, und zwar so: daß die Milch von dem überflüßigen Chylo, ohne daß sich derselbe mit dem Blute vermischet, und denn wirklich aus geistreichen und balsamischen Feuchtigkeiten, die durch die Circulation des Geblüts hervorgebracht, im Blute secerniret, und wiedrum mit dem Chylo vermischet, werden, sich erzeuge. Einen ähnlichen Beweis hiervon giebt derjenige begeisterte Lebens-Saft, vermittelst dem wir unsern Ursprung zuzuschreiben haben.

ten Theile, woraus die Leute auf dem Lande unterschiedliche Speisen verfertigen, die aber zur Milch-Cur nicht gehören. Das übrigbleibende wäßrige Wesen wird Molken genennet. Der Raam, oder die Saane, giebt so wohl in-als äuserlich einen angenehmen lindernden Balsam ab, und wenn es etwas säuerlich worden, so erhält sie eine neue gute Wirkung in hitzigen, faulen und galligten, Krankheiten. Scheidet sich der wäßrige Theil von dem öligten und erdigten zugleich, so wird es Butter-Milch, welche die Griechen ὀξύγαλα nenneten, und dem Galen und Plinius schon bekannt gewesen. Diese dienet, wenn sie frisch ist, nicht nur den meisten Gesunden, sondern kann auch, mit Waßer vermischt, in hitzigen Fiebern zu einer angenehmen Kühlung verstattet werden. Sie verdinnet und reiniget die Säfte, widerstehet sonderlich der alkalischen Schärfe, und öffnet.

Zur Cur wird die Milch auf verschiedene Art zubereitet. Wie sie an sich selber ist, dienet sie zu ordentlichen Speisen, oder zu Ende der Cur, der guten Nahrung wegen. Abgenommene Milch wird in dem Scorbut statt des ordinairen Getränks genommen. Abgesottne Milch verdauet sich schwer, und ist vor sich zur Cur untüchtig. Die Esels-Milch brauchet keine Präparation, sondern kann von den schwächsten Patienten genommen werden. Hingegen ersetzet diese Stelle das sonderlich aus Ziegen-Milch verfertigte Molken, welches nicht gnung zu loben ist. Man hat auch zu unseren Zeiten von einem aus dem Molken verfertigten Salz, oder dem Molken-Zucker, viel Wesens

sens gemacht, welchen ein Venediger, Ludwig Testi, erfunden haben, und in der Gicht und Schwindsucht von besondern Wirkungen seyn, soll; doch kommt er bey weiten nicht den Kräften des Molkens bey. Weil er abstergiret, kann man denselben in Waßer aufsieden und statt des Thees brauchen.

Das Molken aber selber wird auf unterschiedliche Art zugerichtet, und, nach Beschaffenheit der Krankheit und des Patienten, verschrieben. Vor das gemeine Süß-Molken, welches aus 1. Kl. abgesottner Milch mit 1½ Kl. Waßer vermischt entstehet, lobet Hofmann folgendes:

Man läßet eine frisch gemolkne Milch in einem zinnern Gefäße über Kohlen beynahe ganz verrauchen, auf das rückständige Pulver gießet man so viel rein Waßer, als durch Kochen verlohren gegangen, läßet es damit aufwallen, bis das süße Salz und zarte Materie darinnen zergangen; endlich scheidet man es durch ein Seihe-Tuch. Schwache können 12. Unzen, starke Personen aber wohl zweymal so viel, nehmen.

Dieses Molken besitzet gleiche Tugenden mit der Milch, nur in etwas veränderten Graden, corrigiret die ganze Maßa der Säfte, und führet das Unreine durch Eröffnung, und besonders dem Urin, ab. Sonderlich dienet es nach bösartigen Blattern. Läßet man öfters glühenden Stahl darinnen ablöschen, so erhält es eine roborirende Kraft, und wirket desto kräftiger in die Glieder des Unterleibes. So dienet es auch zu einem geschickten Vehiculo vieler heilsamen Ingredientien. Kräuter und Wurzeln können darinnen gekocht, und

davon bequem getrunken, werden. Zur gelinden Eröffnung läßet man es mit Pfirsch- und Schleen-Blüthen sieden, wovon täglich zu ½ ℔ zu nehmen. Sehr wohl solviret sich auch hierinnen das Manna.

Eine etwas stärker-temperirende, eröfnende und treibende Kraft hat das säuerliche Molken, welches entstehet, wenn zur kochenden Milch ein Acidum, es sey nun gebrannter Weinstein, Citronen-Saft, oder auch Rhein-Wein, zugesetzet, wodurch sich alles grobe irrdige Wesen praecipitiret. Dieses ist sonderlich in Krankheiten gut, wo die Galle pecciret, desgleichen in hitzigen Scorbut und Stein-Beschwerungen. Nicht weniger kann es vor dem Gebrauch des süßen Molkens, nach Umständen, mit erwünschten Nutzen genommen werden. Wenn aber diese Säure in dem Molken mit Hirsch-Horn, Krebs-Steinen, und dergleichen, resorbiret wird, so heiset es alsdenn Hofmanns, als des Erfinders, süß Molken, welches sich von obigen in vielen unterscheidet, ganz grünlich und helle aussehen muß, und sonderlich in langwierigen, oder verzehrenden, Krankheiten vortrefliche Dienste leistet.

Eine Art von säuerlichen Molken erhält man noch, wenn etwas Hausbacken-Brod in abgenommne Milch gebrocket, des Nachts über hingesetzet, und früh durchgeseihet wird, wo denn die Säure des Brods theils das grobe und mattige Wesen geschieden, theils sich in die Milch insinuiret hat, daß es als eine gute Magen-Stärkung so wohl in, als nach, der Cur, kann gebrauchet werden.

Was

Was die Einrichtung und Verordnung dieser Cur betrift, so beruhet dieselbe auf besondren Rath eines Medici, nach Beschaffenheit des Kranken. Da kann man theils vor der Cur den Selter-Brunnen allein, oder, wie Hofmann, und zwar aus langer Erfahrung, rathet, so gleich mit Milche brauchen, theils die Milch zu Anfang, sonderlich, wer sie nicht wohl vertragen kann, mit 2. oder 3. Theilen Wasser vermischen. Wer aber die Milch gleich an sich nehmen will und kann, der darf nicht ohne geschickte Präparation, und mit ungewissen Umständen, anfangen.

Hierzu lässet man sich ein junges, und zum erstenmal säugendes, Thier, es sey eine Eselin, Ziege, oder Kuh, auslesen, dasselbe auf gute Weyde treiben, sonderlich wo Kräuter wachsen, welche der Krankheit eines Patienten entgegen seyn, als Nesseln, Gänsestöckgen, Alchimille, fetter Klee, Scabiosen, und dergleichen, denn daß die Milch den Geschmack und die Kräfte der Kräuter in sich ziehe, ist so wohl aus der Beschaffenheit der Milch im Früh-Jahr und der Mayen-Butter bekannt genug, als daß es noch weiter Kergerus in seinem schönen Tr. de fermentatione erwiesen, und dieses auch von der Butter versichert, welches man mit Lachen-Knobloch am gewissesten gewahr werden könne.

Das Thier muß ohngehindert auf der Weyde gehen, aus flüssenden Wasser saufen, und öfters gestriegelt werden. Die Milch lasse man 4. oder 5. Stunden nach der Trift wegnehmen, das Milch-Faß währenden Melkens in warm Wasser setzen, und die Milch so gleich in eine Flasche wohl verstopft

verwahren, damit das ätherische Wesen nicht mit der Wärme verlohren gehe, und die Milch selbst von der Luft verändert werde. Am besten ist es, dem Thiere gleich vor des Patienten Bette die Milch zu nehmen, und so lau zu trinken.

Die Ordnung und Dosis im Gebrauch der Milch lässet sich ebenfalls hier nicht so gnau bestimmen. Vor allen muß man solche Curen 2. 3. Monate abwarten, da man täglich und wöchentlich mit der Dosi steiget und absetzet. Den Anfang kann man ohngefehr mit 6. Unzen, oder den vierdten Theil einer Kanne, machen. Nachmittags wird gemeiniglich nur halb so viel, als Früh, und hier 4. Stunden vor, dort aber 4. Stunden nach, Tische getrunken. Die erste Woche durch können, nach specieller Einrichtung des Kranken, 20. Unzen, die andre Woche, zweymal, und immer so weiter, drey und mehr mal, zur höchsten Dosi dienen, biß man sich ganze Tage allein von der Milch erhalten, oder sich dabey blosse Milch-Speisen bedienen kann, da denn die Milch aller 3. Stunden zu nehmen. Und so kann man auch nach und nach mit der Quantität fallen. Alles eigentlich vorzuschreiben, ist überhaupt nicht möglich. Vor allen aber will ich niemand rathen, diese Cur anzufangen, der nicht vorher einen geschickten Medicum consuliret.

Von der Diät und dem Verhalten bey der Milch-Cur noch etwas überhaupt zu gedencken: So muß vor der Cur der Magen darzu geschickt gemacht, die Cruditäten dem Körper entzogen, und die Reinigung aller Officinen der Säfte, welche der Unterleib einschlüsset, wohl besorget, auch dieses wohl wieder-

derhoh-

verhohlet, werden. Dieses geschiehet, nach Beschaffenheit der Personen, mit verschiedenen gelinden laxirenden Mitteln, als Ebshamer-Salz, Rhabarbar, Visceral-Pillen, Manna, und dergleichen; sonderlich kann die Rhabarbar mit geschickten Mitteln versetzt, oder mit andern Ingredientien in einem wäßrigen Infuso, genommen werden. Die Vollblüthigkeit wird nach Befinden durch eine Aderlasse corrigiret. Trinket man Sauer-Brunnen, oder bitter Wasser, so kann dieses 10. Tage vor der Cur entweder an sich, oder mit Milch, geschehen, und könnte immer den Anfang mit einer guten Milch Diät zur Cur selbst anstellen. Wie es sonst hierbey der unschuldigen Milch ergangen, und daß sie auch bey Gebrauch des Pyrmonter-Wassers erlaubet sey, bezeiget der berühmte Hof-Rath und Leib-Medicus Seip, bey dem Fürsten von Waldeck, mit folgenden Worten: „Milch-Speisen bey dieser Cur zu geniessen, war vor weniger Zeit noch eine grosse Ketzerey, nachdem aber die Eigenschaften des Pyrmonter-Wassers besser untersuchet worden, so ist es unter den Kennern jetzo eine ausgemachte Sache, daß, wem aus andern Ursachen die süsse Milch nicht schadet, dem ist dieselbe bey und nach der Cur noch weniger schädlich.„

In der Cur selbst sind, nach Unterricht, zuweilen absorbirende Dinge, damit die Coagulation und ihre übele Folgen verhindert werden, oder bey gewissen Anzeigungen Eröfnungs-Mittel zu nehmen. Doch ist den Tag über, da dieses leztere geschiehet, die Milch auszusetzen. Ein wenig Zucker verhindert, daß die Milch nicht so leicht gerinnet. Die

Speisen

Speisen sind mehrentheils aus dem vegetabilischen Reiche zu choisiren: Weich gesottene Eyer, Reis, pohlnischer Grütze, Gräupgen, Heiden-Mehl, Zugemüse aus Haber, gelinde Garten-Gewächse, u. d. g. Von Fleisch-Sachen können noch Hühner, Krebse, etwas Kalb-Fleisch, Potagen und Brühen, doch ohne Fett, desgleichen kräftige Geleen, sonderlich aus Marks-Knochen, zugelassen werden. Alle sauere und hitzige Sachen, alles Bier, so gar gesäuert Brod, ist zu meiden, da an dessen statt Semmel und Biscuit dienet. Zum Getränke kann man sich bey Tische Mandel-Milch, oder Ptisanen aus wenig Gerste, geraspelt Hirschhorn, Hindläuft-Scorzoner-Wurzel und kleinen Rosinen, erwählen. Zuweilen etwas Kaffee, oder Choccolade mit Milch, will sich auch noch zulassen. Der Wein ist nach der völligen Cur eher, als in derselben, zu erlauben. Und was schadet es? da man auch mit Wein und Milch etwas kräftiges zu Speisen machen kann.

Scheinet einigen diese Cur und Diät zu weitläuftig und hart, so kann kein Medicus dafür, wenn Patienten ihren Zeit-Vertreib bey der Krankheit nicht verderben wollen. Man darf es aber auch keinem Medico verdenken, wenn er, nach Befinden, die Milch vernünftig wiederrathet. So schlecht aber, als die Milch bey vielen in Miß-Credit stehet, so nachdrücklich würde sie sich auch in vielen Krankheiten vertheidigen; hierbey kommt es auf die Aufrichtigkeit des Arztes an, welche ihm mehr Glück und Ruhm, als eine symptomatische Cur und kraftlose Methode, zubereitet. Am besten wird die Milch-Cur im Frühling, sonderlich in und nach

dem

dem May-Monat, angestellet, nicht nur wegen der frischen und kräftigsten Kräuter, sondern auch, weil man den Krankheiten, wieder welche sich diese Cur stellet, und gemeiniglich zur Herbst-Zeit erscheinen, mächtig vorbeuget. So hat es hier die gütige Natur zum Preiß ihres Urhebers und Heil der Kranken weißlich geordnet. Sehr bequem gehet sie auf dem Lande von statten, wie jeder leichtlich zugestehet. Man muß aber auch bedenken, daß hierbey die Veränderung der Luft, anmuthige Motionen, eine ruhige und freye Gemüths-Beschaffenheit, gar vieles mit ausrichten. Sonderlich will ich dieses, als den Inbegriff von der Gesundheit des Land-Lebens, auch einige Zeit zu einem guten Verhalten nach der Cur recommendiret haben. Der Nutzen ist grösser, je geringer er im Anfang scheinet. Daher die Aerzte in Italien, sonderlich zu Neapoli, wenn sie die Milch-Cur rathen, ihre Kranken gemeiniglich nach der Gegend Portici, welche sie auch Torre delle Graeco nennen, oder einige Zeit aufs Land zu schicken pflegen.

Von Milch-Bädern.

Wir finden Spuren, daß ehemals die Alten sich nicht nur der Wasser-Bäder, sondern auch Oel-Wein- und Milch-Bäder bedienet. Jene, so wohl warme, als kalte, waren in allgemeinen Ansehen. Diese aber müssen nicht so gemein, auch nicht in vielen Krankheiten, und vermuthlich nur bey vornehmen Personen, gebraucht worden seyn, weil wir von diesen nicht so viel, als von jenen, in den Schriften der ältesten Aerzte finden. Das meiste

ste hat Rivius, ein alter Medicus zu Kulmbach, in einem zu Nürnberg 1548. gedruckten Tractat zusammgetragen. Muthmaßlich ist es, daß sich dieser angeführten Bäder ehemals mehr das Frauenzimmer bedienet, wie es denn ohnedem bekannt, daß sie zu ihren Schmuck köstliche Balsame, Specereyen, Myrrhen, Olitäten, und besondere Bäder, zu brauchen pflegten. Plinius erzehlet sonderlich von der Poppoea, daß sie sich stets der Milch bedienet, und so gar 50. junge Eselinnen mit in ihr Exilium genommen habe, damit sie keinen Abgang an Milch leiden möchte, wie man über dieses noch bey dem Caßius und Juvenal findet. Wir wollen uns hierbey nicht weiter aufhalten, und können diesen Nectar der Thiere zu Bädern vielmehr Kranken, so die Milch nicht trinken können, noch dürfen, wie nicht weniger bey der Milch-Cur selbst, und sonderlich nach derselben, anrathen. Dieses beruhet auf Umstände. Böckler rathet dahero Milch-Bäder schwindsüchtigen und hectischen Personen. In der Gicht, Podagra und dem Stein, erweisen sie gleichfalls, nach Bemerkung der Aerzte, ihren Nutzen. Dem Frauenzimmer bekommen sie sonderlich in ihren Zufällen. Alten Leuten sind sie die beste Stärkung. In äuserlichen Gebrechen haben sie ebenfalls guten Nutzen, in Ausschlag, Ausfahren der Haut, bey Kindern in Ansprung, in Schwindflecken, und dergleichen, wenn nur die innerliche Cur dabey beobachtet wird. Paräus lobet sie in Krebs. Auch können sie einigen nach überstandner Krankheit bekommen. Andere haben gar sympathetische Curen damit versuchet. Thomas Bartholin berichtet

cket in seiner Diss. de transpl. morbi, daß eine gewisse Frau, die an der galanten Maladie laboriret, sich des Milch-Bads bedienet, und es alsdenn einem Schweine vorschütten lassen, welches davon crepiret, sie hingegen restituiret worden. Man kann hier die Verwandschaft dieser Krankheit mit dem saubern Vieh leicht einsehen. Wenn aber dergleichen Cur allemal glücklich ablaufen sollte, so würden Milch-Bäder gewiß vor die andern gewöhnlichen Curen Mode werden, und weil man sich der Bequemlichkeit wegen aufs Land begeben müste, so würde schon dieses gnung seyn, das Land-Leben als gesund zu preisen.

Diese Bäder kann man auf verschiedne Art verfertigen lassen und brauchen. Am besten ist es, man lässet sich in eine Wanne warm Wasser nach und nach eine Quantität frisch gemolkne Milch zugiessen, ehe man etwa Milch allein nehmen will. Auch gehet es an, nach einem warmen Wasser-Bad sich blos mit Milch zu waschen. Wenn gewisse Glieder nur leiden, als in der Gicht, dem Stein, Podagra, oder auch Gonorrhoea, so kann man den schmerzhaften Ort öfters mit warmer Milch begiessen, oder die Milch gleich darauf melken lassen. Hierzu dienet auch das gemeine saure Molken. Eine gewisse Dame brauchte dieses sonderlich in der reißenden Gicht, da denn die Hände erst ganz blau, und alsdenn sehr weiß und voll, worden, allemal mit erwünschten Nutzen.

Oefters sind auch Milch-Clistire bey und ausser der Milch-Cur nicht zu vergessen. Diese bekommen so gar den kleinsten Kindern. In der Colick,

Ruhr,

Ruhr, Verstopfung, in Stein-Schmerz und Nieren-Weh, haben sie sonderbaren Nutzen, theils vor sich, theils wenn sie mit Oel und Manna versetzet werden. Dahero habe ich selbige mit dem gelehrten Friedrich Decker in seiner Epist. med. pract. nicht ohne Ursache anführen und recommendiren wollen.

* * * * * * * * * * *

Dritter Theil
Von den Krankheiten,
welche
durch das Land-Leben,
theils präserviret, theils curiret,
werden können.

Einleitung
in einigen Sätzen mit beygefügten Cautelen.

Was wir bisher von dem mancherley Nutzen des Land-Lebens in Absicht auf die Gesundheit gerühmet, das wird in dieser Abtheilung mit mehreren Zeugnissen und wichtigen Exempeln bestärket. Es ist gleichsam der practische Theil des gesunden Land-Lebens, und wenn ich dieses sage, so sage ich nicht zu viel, weil man hier

Arzt

Arzt und Mittel beysammen findet, mit welcher Ehre sonst kein Genesungs-Mittel pranget, da das Land-Leben nicht nur als das kräftigste und angenehmste Verwahrungs-Mittel der Gesundheit in Ansehung des Nutzens einer veränderten Lebens-Art, auch nicht allein wegen dessen guten natürlichen Eigenschaften mit Glücke in Curen gewisser und langwieriger Krankheiten, sondern auch so gar vor sich als das beste Hülfs-Mittel in einigen Krankheiten, sonderlich wo das Gemüthe dabey leidet, und in Gemüths-Krankheiten selbst nur in Ansehung der Verändrung mit dem Stadt-Leben dienen kann. Prächtiges Lob! welches dir, o Land-Leben! wohl billig ein Paracelsus und Helmont, oder ihre Anhänger, mißgönnen möchten.

Man wird aber nicht mit mir anbinden können, wenn man etwa meynen sollte, als ob ich aus besondern Sätzen, so gleich allgemeine machen, das Land-Leben ohne Ausnahme und allen Patienten ohne Unterscheid anpreisen wollte, denn da würde mir es ergehen, wie den Aerzten, welche, wie oben gedacht, die Milch- und Wasser-Curen nach besondern Kräften und Wirkungen bey einigen Patienten gleich allen insgemein anriethen, und sich dahero freylich in ganz eigene Titel setzen musten. Ich kenne Leute, welche gesund werden, wenn sie sich von dem Lande in die Stadt begeben. Auch würde es thöricht seyn, Kranken, die mit dem letzten Athem ringen, und sich von der Macht der Krankheiten und Zufälle übermannet sehen, das Land-Leben und ein besondres Verhalten in der Diät anzupreisen. Dahero ist es nur in Krankheiten gewis-

sen Personen, auf gewisse Art und nach Umständen, zu recommendiren. *) Hiernächst suche ich alle Hypotheses zu vermeiden, woran man öfters in der Arztney-Kunst zu scheitern pflegt, und nur solche Wahrheiten bekannt zu machen, welche den Aerzten und ihrer Kunst zum Ruhm, und jedem zu Nutzen, gereichen können.

Das Land-Leben recommendiret sich selbst ohne mein unvollkomnes Lob, und ich verhoffe dennoch den Beyfall aller Vernünftigen zu finden, wenn auch meine Beweise die gehörige Stärke nicht erreichen sollten. Meine Arbeit, wie geringe sie auch ist, findet einen gründlichen Vertheidiger an dem grundgelehrten Italiäner Baglivi. „Da wir sehr oft, sagt er, in der Praxi bemerken, daß einige Krankheiten des Haupts durch Musik, andere durch das Land-Leben, Schiffen, Jagen, Reiten, Tanzen, **) oder angestellte Reisen, gehoben worden;

*) Pertinet haec methodus minime ad praxin clinicam, sed ad praxin praeseruatoriam, diaeteticam.

**) Es ist bekannt, daß die Leute in Italien, welche von der Tarandel, einer giftigen Spinne, gestochen worden, durch kein ander Mittel, als einer gewissen Musik, und einen besondren Tanz, curiret werden. Conr. Gesner, ein Medicus zu Zürch, erzehlet in einem Br. an Achill. Gasser de ischiadico per musicam curato, daß ein vornehmer Italiäner ein ganz Jahr lang an dem Hüftweh alle Arztney-Mittel vergeblich gebrauchet, endlich habe er zu tanzen angefangen, und diese Art der Motion täglich bey Musik, und bis zu guten Schweiß, fortgesetzet, da er denn in 8. Tagen ohngefehr völlig restituiret worden. Albertus Ernst, ein Chur-Fürst in Bayern,

den, welche zuvor den kräftigsten Arztneyen nicht weichen wollen; Sollte dieses wohl irgend ein Medicus geringschätzig achten, daß er nicht vielmehr verbunden sey, weiter nachzuforschen, wie solche Curen auf dergleichen Art geschehen können, und was ihm noch ohngefehr dabey begegnen kann, in neue und nach den Regeln unsrer Kunst gemachte Observationen zum allgemeinen Nutzen zu setzen?,,

Es jammert mich der Patienten, welche von ihren Aerzten, mit Pulvern, Tropfen, Tränken, Lattwergen, u. s. w. ganz greulich in solchen Krankheiten genothzüchtiget werden, wo vor allen die Verändrung der Luft, der Diät, gute Motionen, und mit einem Wort das Land-Leben, die ersprießlichsten Dienste verrichten kann. Dieses ist sonderlich in langwierigen und schweren Krankheiten, die langwierig werden können, zu merken. Wir verwerfen einen rechtmäßigen Gebrauch geschickter Arztney-Mittel hierbey ganz und gar nicht, weil sonst das Lob, welches dem Land-Leben gebühret, verdächtig werden möchte; Es ist gewiß, daß ohne diese mehrentheils keine Cur glücklich von statten gehen kann, und sonderlich, wenn man den besondren Rath eines Medici dabey ausschlüsset, welcher doch in allen, und auch der Anordnung des Land-Lebens, das meiste ausrichtet. Weil man es in diesen allen so sehr versiehet, so kann man leicht die Ursachen

Q 2 finden;

ern, der zu Zeiten des Kaysers Friedrich gelebet, soll sich der Musik nur zur Palliativ- oder Besänftigungs-Cur des Podagra bedienet und dabey alle Sorgen bey Seite gesetzet haben.

finden; warum dergleichen Krankheiten so schwerlich unter uns curiret werden?

Eine geringe Probe hiervon soll nachstehende Erörtrung einiger Krankheiten geben, die so schwer und langwierig sind, daß man mit jeder Cur eine Kunst-Probe ablegen kann, welche ohne das Land-Leben, oder vielmehr dessen wesentliche Beschaffenheit, einer veränderten und verbesserten Lebens-Art, bey nahe gar nicht von statten gehet. Ich habe nur die wichtigsten und gemeinsten davon auserlesen. In Anführung vieler Casuum, welche die geschicktesten und berühmtesten Aerzte aufgezeichnet, habe mich der Mäßigkeit bedienet, weil es, wenn man hierinnen excediret, einer vollkommnen Charlatanerie, der ich doch von Herzen feind bin, ähnlich siehet. Dahero darf niemand von mir prätendiren, daß ich eine Anzahl Patienten anführen sollte, welche ich selbst durch das Land-Leben curiret. Auch wird man vergeblich viele und grosse Recepte erwarten, weil sie nicht wenigen durch den Mißbrauch zu veritablen Todten-Pässen werden. Exempel dienen mehr zu Erläutrung, als gründlichen Beweis, einer Sache, sonderlich in der Genesungs-Kunst, und alles dieses wird keinen Kranken gesund machen, sondern jeder muß die Probe, welche ohne Gefahr ist, mit sich selbst anstellen, ich meyne: Jeder muß den hierinnen enthaltnen Gesundheits-Rath, welcher mit einer vernünftigen Theorie gegründet, und hinlänglichen Erfahrung unterstützet wird, gnau prüfen, und zu seinen Umständen heilsam anwenden.

Langwierige Krankheiten sind überhaupt diejenigen, welche Ursachen zum Grunde haben, die entweder schwer, oder gar nicht, zu heben. Das letztere finden wir insonderheit bey Erb-Krankheiten, und überdieses bey solchen, wo die Länge der Zeit, oder ungeschickte Curen, die ganze Natur verderbet. In solchem Fall wird weder das Land- noch Stadt-Leben etwas helfen, und der Medicus müste eine neue Natur schaffen können, welches aber so möglich ist, als das Alter in die Jugend zu versetzen. Wir leugnen hier nicht die bemäntelten, oder sogenannten und genug bekannten Palliativ-Curen, worzu das Land-Leben noch einiger massen dienen kann. In Ansehung der ersteren langwierigen Krankheiten, worinnen wir dasselbe hauptsächlich rathen, finden sich folgende Umstände: Das Gemüthe leidet insgemein dabey. Dergleichen Krankheiten graßiren mehr in Städten. Der Anfall davon ist zu einer Zeit heftiger, als bey der andern, je nachdem die Ursachen dißfalls mehr, oder weniger, Gewalt nehmen; und wenn die Macht der Krankheit den Kräften des Lebens nicht gänzlich überlegen, so kann man sich durch eine geschickte Cur völlige Hülfe versprechen.

Langwierige Krankheiten erfodern langweilige Curen. Hierzu ist das Land, theils seiner Beschaffenheit, theils seinen besondren Eigenschaften nach, sehr bequem. Wird eine Brunnen- Wasser- oder Milch-Cur wohl besser angestellet werden, als auf dem Lande? Man wende mir nicht ein: daß es wunderlich sey, ein Mittel in Krankheiten zu preisen, welches sich die wenigsten Kranken bedienen

 können;

können; Das Land-Leben ist so gütig, daß man seiner auf mancherley Art, in Weinbergen, Gärten, und angenehmen Reisen, geniessen kann, und wenn man mich nur, und das gesunde Land-Leben, recht verstehen wollte, so würde man selbiges gar in Städten geniessen können. Wenn die Aerzte in Krankheiten vornämlich die Verändrung der Lebens-Art und Diät, Gemüths- und Leibes-Ruhe, oder auch gute Motionen, als Reiten, Jagen, Schiffen, Fahren, und Spatzierengehen, rc. desgleichen die Verändrung der Luft und warme Bäder, entweder eines allein, oder einige von diesen Dingen zusammen, ob schon eines das andere secundiret, anrathen, so rathen sie mit einem Wort das Land-Leben. Wird durch eine von dergleichen Curen mit gehörigen Arztney-Mitteln keine langwierige Krankheit gehoben, so kann man sie ohne Bedenken unheilbar nennen. Ich habe das meiste, was bey diesen Curen zu observiren, und den Nutzen einer jeden insbesondre in voriger Abtheilung einigermassen berühret, worauf ich mich ein- vor allemal beziehe. Es ist also nichts mehr übrig, als daß wir die vornehmsten Ursachen langwieriger Krankheiten anzeigen, und untersuchen: ob die Curen, welche das Land-Leben in sich schlüsset, im Stande sind, dieselben gröstentheils zu entkräften?

Niemals kann eine Krankheit, wie es denn natürlich ist, gründlich curiret werden, wenn nicht die Ursachen davon bey Seite geräumet worden. Da die Krankheiten überhaupt vornämlich aus ungesunder Luft, übler Diät in Essen und Trinken, übermäßiger Commodite, oder auch Beschäftigung,

und

und aus Gemüths-Beunruhigungen, auf mancherley Art entstehen, so kann man zum voraus schlüssen: was das Land-Leben vor vielfältigen Nutzen in den meisten Curen verschaffen werde; Wir müssen zwar in Untersuchung derer Ursachen langwieriger Krankheiten noch weiter gehen, so viel es nämlich unser Zweck verlanget, denn rechtschaffenen Gesundheits-Gelehrten dergleichen unvollkomne Arbeit vorzulegen, würde man nicht bestehen. Inzwischen wird einigen Patienten ihre Krankheit nicht so langwierig werden, wenn sie sich in etwas, das sie vielleicht noch nicht wissen, lassen belehren.

Ist dieses, was ich jetzt angeführet, die Quelle der meisten Krankheiten, so entspringen aus diesen wirklich wiedrum Ursachen zu langwierigen Krankheiten. Oftmals sind dieselben so in einander verwickelt, daß sie beynahe nicht zu erforschen, und, welches das Gröste bey langwierigen Krankheiten ist, so werden ihre Ursachen stets aus dem ersten Ursprung ernähret, unterhalten, oder gar verstärket.

Die Haupt-Ursachen der Krankheiten, welche man langwierig nennet, sind, nach des Hrn. Boerhaave gründlichen Urtheile, zuerst die Vollblüthigkeit, alsdenn die Cacochymie, oder die verderbten Säfte des Körpers, und endlich Cachexie, welches ein solcher Zustand des Leibes ist, wo die flüßigen und festen Theile zugleich verderbet einander selber zerstöhren.

Den Ueberfluß des Blutes nennet man insgemein Vollblüthigkeit, ob schon mehrentheils eine üble Beschaffenheit des Blutes selbst verborgen ist,

 deren

deren Ursprung sich eher aus der Cacochymie herleitet. Ich will mich hier nicht mit den Stahlianern zanken, welche die Vollblüthigkeit vor die Ursache aller Krankheiten angeben, noch mich auch mit einigen Mechanisten überwerfen, welche gar keinen Ueberfluß des Geblüts statuiren. Gewiß ist es, daß die Plethora, wenn sie wirklich da, eine Mutter vieler Krankheiten, allerhand Arten von Blutstürzungen, Entzündungen, und Fiebern, ja auch eine Ursache vielerley Zufälle ist, welche gewisse Krankheiten begleiten. Das gemeinste Mittel dawieder ist das Aderlassen, welches aber nicht allemal nach Wunsche abläuft. Es ist ein verkehrter Handel, daß man das Aderlassen mehr praeservative, als curative, brauchet,*) und dahero es zu der Zeit, wo es am nöthigsten ist, z. E. in Entzündungs-Fiebern und Blattern, unterlässet. Denn das Präservir-Aderlassen ist mehr zur Gewohnheit worden, und der Sohn läßt jetzo zur Ader, weil der Vater gelassen hat, bekommt auch ein weichliches und kränkliches Wesen, wie dieser, stirbt auch wohl, wie sein Vater, in den besten Jahren, denn es ist nichts geringes, ohne Ueberlegung und Verstand das Blut, worinnen das leben bestehet, abzulassen. Und was soll man denn bey denen thun, die sich so entsetzlich dafür scheuen, und darüber in Ohnmacht fallen? Wissen die Aerzte kein Mittel mehr diese Quelle der gefährlichsten Uebel, und vielleicht

*) Aus so vielen Controversien dieser Materie, habe ich mir kein festeres axioma davon stellen können, als dieses: Venae sectionem magis in effectu, quam caussa, plethorae valere.

leicht weit sicherer, zu verstopfen? Dieses kann ein jeder noch einsehen, wenn ich sage: daß die Wirkungen einer Sache nicht können gehemmet werden, wenn nicht die Ursache derselben zuvor gehoben wird. Der Effect von einer Plethora gehet von den ersten bis zu den stärksten Graden der Entzündungen, und wird eine Ursache zu Krankheiten. Diese muß man freylich durch ein behöriges Aderlassen unterdrücken, oder, wenn es der Grund von symptomatibus ist, zuweilen damit besänftigen. Welches ist aber die Ursache der Plethora? Ist es das Geblüte, weil man demselben Luft machet? Wer siehet aber nicht, daß hier die Wirkung davon sitze, und man wohl einigermassen die Gewalt derselben breche, dabey aber ihre Ursachen negligire, und wohl deren neue Effecte weit gefährlicher mache? Viele tausend Menschen werden auf diese Art wichtigen Krankheiten, ja dem Tod selbst, geliefert, weil man hier gerade recht wieder die Natur und deren Ordnung agiret, und sie dadurch in einen solchen Stand setzen muß, daß sie sich selten erhohlen, und die angethane Gewalt eines unvernünftigen Rathgebers überwinden, kann. Wer also den Ursachen der Vollblüthigkeit, und mit dieser dem Ursprung langwieriger Krankheiten, vorbeugen will, der muß solches in den ersten Wegen der Natur, und mit den vornehmsten Ursachen der Gesundheit, verrichten. Dahero wird geringe Kost, gute Arbeit, oder auch eine angestellte Wasser-Cur, ihre Dienste verrichten, und weil mehrentheils junge Leute vollblüthig sind, so wird ihnen dieses ungemein wohl bekommen, wenn sie sich hierbey zum öfteren frisch baden, auch

zuweilen etwas gereinigten Salpeter in Getränke nehmen, welches ich sonderlich denen rathe, so öfters Nasen-Bluten erdulten. Ist das Uebel sehr stark, so wird man es durch Gebrauch des Seydschützer-Wassers mit guter Motion in Freyen ziemlich bewältigen können, welche Curen folglich auf dem Lande am besten abgewartet werden.

Die Cacochymie ist ein noch gefährlicher Feind, als die Vollblüthigkeit, mit der sie auch öfters in Verwandtschaft stehet. Sie nimmt ihren Ursprung überhaupt entweder von der verderbten Lympha und übrigen Säften, die zur Nahrung des Geblütes gehen, oder erzeuget sich von Zurückhaltung des Seri und der Feuchtigkeiten, welche aus dem Blute abgeschieden und durch verschiedene Wege der Natur ausgeführet werden müssen; woher denn langwierige und hartnäckigte Krankheiten gnung, als Scorbut, Ausdunstung des Leibes, Bleichsucht, Hypochondrie, venerische Seuche, und dergleichen, entstehen, da die Cur wenig Bestand hat, wo nicht die ganze Masse der Säfte gereiniget und verbessert worden. Thut man dieses nicht, wie man denn diesen Feind zuerst nicht merket, oder nicht achtet, so verderbet er zugleich die Kanäle und ganze Officin der Säfte, welches denn die richtige Cachexie wird, so oftmals die unheilbarsten Krankheiten, als Hectick, Geschwulst, Wasser-Sucht, Fluß- und Glieder-Schmerzen, Podagra, und andere mehr, erzeuget. Hierinnen thut bald die Milch-Cur, bald gute Leibes-Bewegung, die Verändrung der Luft, der Lebens-Art, und mit einem Worte,

das

das Land-Leben, nebst behörigen Arztney-Mitteln, vortrefliche Dienste.

Aus diesen Quellen entspringen nun unzähliche Krankheiten, denn weil selten ein Uebel allein, und eine Krankheit vielerley Arten von Ursachen und Zufällen haben kann, so ist auch bey jeder eine besondre Untersuchung anzustellen, und der genaueste Abriß, den man hiervon geben kann, muß dißfalls sehr unvollkommen bleiben. Einige davon legen sich in alle Glieder des Leibes, und das sind die Fieber, woran, nach dem Urtheil des berühmten Hofmanns, der zehende Theil Menschen gewiß zu Grunde gehen. Es giebt auch Krankheiten, welche selbst wiedrum andere curiren, von denen wir zwar hier nicht besonders reden. Andere nehmen nur gewisse Gliedmassen, entweder das Haupt, die Brust, oder den Unterleib, ein. Wenn zwar ein Glied leidet, leiden alle Glieder des Leibes, sonderlich die Nerven, in welchen wir allen Schmerz empfinden, weil diese das Band sind, welches Seele und Leib am meisten zu verknüpfen scheinet, aus dessen Riß die gefährlichsten Zufälle, die, wie der Schlaf, den Menschen überfallen, theils wegen der Verbindung mit den Muskeln, Spasmi, Convulsionen, zittern der Glieder, theils wegen besondrer Connexion mit dem Gehirne Schwindel, Schlafsucht, Ohnmachten, erfolgen, welches wiedrum Vorbothen der Lähmung, des Schlags, der Epilepsie, und Melancholie, sind, sonderlich, wenn eine Ursache hinzutritt, die im Gemüthe herrschet. In solchen Krankheiten muß man kalte Luft, Bäder, starke Motionen, und heftige Gemüths-Bewegungen, meiden.

den. Dagegen wird das stille und ruhige Land-Leben bey auserlesenen Arztney-Mitteln oftmals grosse Lindrung und sichre Hülfe verschaffen. Daß aber auch viele Krankheiten wirklich ihren Sitz in gewissen Gliedern haben, beweisen so mancherley Arten von langwierigen Kopf-Weh, Brust- und Lungen-Beschwerungen, Husten, Engbrüstigkeit, Heischerkeit, Steckfluß, und dergleichen; In Ansehung des Unterleibes, welcher die Officin zu Ausarbeitung der Säfte in sich hält, kann bald der Magen, bald die Leber, der Milz, die Gallen- und Urin-Blase, das Gekröse, die Nieren, Gedärme, und Zeugungs-Glieder, besondre Krankheiten erdulten, woher denn verderbter Appetit, Erbrechen, Magen-Ruhr, Gelbesucht, Colicken, Blähungen, Schwindsucht, Gonorrhoeen, Urin- und Stein-Schmerzen, und überhaupt vielfältige Verstopfungen, Entzündungen, und Abzehrungen, erfolgen, deren einige zu langwierigen Krankheiten selbst werden, andere aber sich als Zufälle dabey einfinden, und den Nutzen von den dawider angestellten Sauer-Brunnen-Wasser-Milch- und Bade-Curen, desgleichen den Leibes-Bewegungen, der Verändrung der Luft, Lebens-Art und überhaupt der ganzen Cur nebst übrigen Genesungs-Mitteln zugleich mit empfinden.

Dieses wird zu einem hinlänglichen Begriff von den Krankheiten überhaupt, und sonderlich denen, welche wir nunmehro benennen, und weiter untersuchen wollen, genug seyn. Wie aber alle Krankheiten eher und glücklicher präserviret, als curiret, werden können, so ist diese Cautele auch hierbey nicht zu vergessen; und weil ich weder in das Amt,

so einem Medico besonders eigen ist, greifen, vielweniger ein gemein empirisches Wesen befördern, will, so werde mich dißfalls in solchen Schranken finden lassen, daß ich dennoch meinen Zweck, das Land-Leben als gesund anzupreisen, zu erreichen gedenke. Ich wünschte: daß sich mehrere durch Vorstellung des Schadens von dem Nutzen überzeugen, und aus anderer Leute Krankheiten Regeln der Gesundheit ziehen, möchten; so würden die Lebens-Arten der Menschen nicht nur zu lauter Gesundheiten, sondern auch zu gewissen Vergnügungen, leiten.

* * * * * * * * * * * * * * *

Erörtrung der Krankheiten, mit eingemischten Casibus und Consiliis berühmter Aerzte.

Gemeiniglich begegnen denen, die lange Zeit die Luft nicht verändert, öfters in der Diät pecciren, die Transpiration nicht wohl abwarten, und durch viele Geschäfte fatiguiret, oder vorfallende Dinge alteriret, werden, auch daneben öfters ein wallendes Geblüte vermerken,

Fieberhafte Anfälle.

Diese sind in Städten sehr gemein, und ob schon an sich nicht gefährlich, so drohen sie jedoch öfters der Gesundheit und Natur merklichen Schaden. Sie sind, nach Beschaffenheit der Ursachen und Personen,

sonen, sehr verschieden. Einige solche Fiebergen dauern 1. 2. auch wohl etliche Tage. Einige kommen bey Verändrungen des Wetters, andere zu gewissen Monaten. Die Patienten empfinden zuerst gewissen Kopf-Schmerz, worzu sich die Hitze geseilet, welche ein grosser Durst und heftiggehender Pulsschlag andeutet. Diese verwechselt ein oft übergehender Schauer. Doch ist manchmal der fieberhafte Anfall bey einigen so gelinde, daß sie weder recht krank, noch gesund, sind, und selber nicht wissen, was ihnen fehlet. Oftmals wird diese Krankheit von einer guten Natur selbst gehoben, entweder durch Nasen-Bluten, Schnupfen, Schweiß, Durchfall, oder auch den Urin, welchen Weg aber der Medicus nicht allemal folgen darf. Ein unzeitiges Aderlassen kann die Natur so wohl irren, als schwächen. Ein zur Unzeit durch Bezoar-Tincturen und dergleichen Sachen erregter Schweiß, kann das Geblüte nur mehr in Wallung setzen, und das stärkste Fieber erwecken. Man will zwar der Natur hierdurch zu Hülfe kommen, allein man erwählet nicht den Weg, welcher ihr am bequemsten ist. Ist ein dergleichen Patient von muntren Temperament, der mache sich bey dem Ansatz des fieberhaften Anfalls eine Motion im Freyen, sonderlich durch Reiten. So weiß ich, **versichert Hofmann**, daß sich viele ihr kränkliches Wesen damit vertrieben. Wenn aber die Hitze etwa heftig ist, darf man nur etwas von antispasmodischen Pulver mit Krebssteinen vermischt nehmen, zum Geträncke Wasser mit Citronen erwählen, sich in einen mäßig warmen

Zimmer

Zimmer und ruhig halten, wenn man den Medicum hierbey will, oder muß, entbehren.

Wenn aber diejenigen, so dergleichen ob schon matte Anfälle von Fiebern öfters erdulten, ihre Natur gänzlich davon befreyet wissen wollen, die haben sich des heilsamen Raths mit dem Land-Leben zu bedienen. Hier finden sie Beruhigung des Gemüths, worauf sonderlich in Fiebern zu sehen, geringe Kost, welche der Fieber-Materie nicht favorisiret. Sonderlich erweiset die Verändrung der Luft ihre ersprießlichsten Dienste. Dahero der gelehrte Melanchthon in einem Briefe an den bekannten Meienburg versichert, wie er nicht nur selbst erfahren, daß die Verändrung der Luft bey dem Anfange der Fieber ungemein dienlich sey; sondern viele andere hätten sich dieses Consilii mit sichern Nutzen bedienet. Seneca erzehlet schon in l. 104. Ep. daß er sich bey einem Anfall von Fieber aufs Land begeben, und sich dadurch glücklich restituiret habe. Nach entledigten Fieber können die neuen Gesunden noch eine Zeitlang in freyer und guter Luft leben, und verschiedene Motionen anstellen. Ist man mit vielen Blute beschweret, und will der Krankheit noch zuvor kommen, so wird im Frühling der Gebrauch des Selter-Wassers mit Ziegen-Molken vermischt, oder auch eine angestellte Wasser-Cur, das beste Verwahrungs-Mittel abgeben. Träget man noch in einigen Bedenken, so kann man ja den Rath eines Medici, wie es denn um der Gesundheit wohl billig ist, zur Beyhülfe nehmen.

Wechsel- oder sogenannte kalte Fieber hat gar oft die Verändrung der Luft, sonderlich das gesunde Gebirge, oder eine gute Motion im Freyen, glücklich vertrieben, die sonst keinem Medicament, wenn es auch die Fieber-Rinde aus China gewesen, weichen wollen. Es sind Gäste, welche man wieder Willen eine Zeitlang behalten muß, wovon einige sich täglich, andere aber über den andern und dritten Tag, einstellen. Geschiehet dieses im Herbst, so muß man ihnen, sonderlich den letzten, gemeiniglich Winter-Quartiere einräumen, bis sie die gesunde Frühlings-Luft mehrentheils allein, nach dem Beyfall und der Erfahrung des gelehrten Sydenham, vertreibet. Jedoch weiß ich, daß Tertian- und Quartan-Fieber, welche sonst schwer weichen, durch eine Reise und notable Verändrung der Luft, noch im Herbst glücklich sind gehoben worden, wenn sonderlich der Körper hierzu präpariret gewesen. Ich wollte eine grosse Anzahl Exempel anführen, wenn es nicht tausend Aerzte und Patienten bezeugten, denn vielen von diesen ist es paßiret, daß sie sich um ihr Fieber abzuwarten nach Hause begeben, und die Gesundheit mitgebracht, haben. Hippokrates hat schon angemerket, daß diese Pursche gerne im ebnen Lande bleiben, und die Verändrung der Luft gar nicht vertragen können.

Wollen sie aber doch auch das Land-Leben mit genießen, so muß man ihnen ein stärkres Tractament vorsetzen. Hofmann rathet eine Zeitlang Selter-Wasser mit Wein, und versichert daß viele von diesen Fiebern genesen, welche sich allemal vor dem Paroxysmus in frischen Wasser gebadet, und darauf

eine

eine gute Motion bis zum Schweis angestellet, wiewohl Boerhaave wegen der Bäder nicht völligen Beyfall zugestehet. Die Anordnung dieser und anderer Mittel müßen wir freylich einem Medico überlaßen. Was aber die Motion in diesen Fiebern verrichtet, wo alle Schweis-treibende Mittel die Wirkung versagen, geschiehet zu dessen Lobe folgendermaßen: Denn, da diese Krankheit mehrentheils eher zur Gesundheit abzielet, die Materia peccans aber ein starkes Viscidum, welches die Natur zu bewältigen und auszutreiben nicht allein im Stande ist, wie der Paroxysmus weiset, so kommt vor denselben eine nach und nach bis zum stärksten Schweiß getriebne Motion der Natur bey rechter Zeit zu statten. Daß ein Unterschied unter dem Schweis von Leibes-Bewegungen und Medicamenten, und wie derselbe sey, habe ich schon oben erinnert. Der gelehrte Pechlin erzehlet in s. Obs. folgendes remarqu. Ex.

Eine Frau hatte sich lange mit einem Quartan-Fieber getragen und Arztneyen überdrüßig genommen. Endlich bekommt sie einen Muth vor den Anfall des Fiebers mit einem raschen Pferde, wozu sie alle Kräfte anwenden muste, bis zum stärksten Schweis zu reiten, und da sie es nach 4. Stunden vor Ermattung nicht mehr ausstehen konnte, war auch das Fieber auf einmahl verlohren.

Gute Bewegung, sonderlich durch Reiten, dienet auch solchen, welche aus verkehrter Cur dieser Fiebr einen Ansatz zur Geschwulst, Wasser-Sucht, oder Hectick, haben. Denn wenn man mit diesen Fie-

bern nicht ordentlich verfähret, oder in die Hände eines After-Arztes geräth, so kann man nicht nur aus diesen Fiebern in gefährliche Krankheiten verfallen, sondern auch oftmals bald so glücklich curiret werden, daß man in seinem Leben kein Fieber wieder erfähret. Wenn der Medicus bey einer Krankheit, woran die Natur arbeitet, sein Directorium mit Vernunft führet, so müßen Patienten einige Gedult dabey adhibiren, wenn sie die Gesundheit wollen sicher erhalten. Boerhaave, den ich nunmehro als einen grossen Practicum anführe, rathet einer Patientin von 36. Jahren, die am alltäglichen Fieber 4. Monate unter dem heftigsten Kopf-Schmerz zugebracht, und durch unglückliche Cur bey unzeitigen Gebrauch der China-Rinde in Glieder Schmerzen verfallen, trockne Luft und anhaltendes Fahren. *)

Hat man diese Fieber durch die Mittel, welche wir gerühmet, und einer ordentlichen Cur, glücklich vertrieben, so muß man sich eines geschickten Laxatifs, und einige Zeit der genauesten Diaet, bedienen. Ohne Zweifel wird sich das Land-Leben mit seinen guten Eigenschaften selbst recommendiren. Sydenham hat öfters solchen Personen, welche sich nach diesen Fiebern vor gesund gehalten, und eines behörigen Verhalten mit benennten Mittel ver-

*) S. deßen Consult. med. welche H. Baron von Haller herausgegeben. Götting. 1744 wo in den meisten Consiliis vornämlich gesunde Land-Luft, Reiten, Fahren, Brunnen- und Milch-Curen vorgeschrieben werden.

vergessen, eine neue Krankheit vorhergesagt, welches auch richtig eingetroffen.

Von langweiligen und hectischen Fiebern mit den Krankheiten, welche sie begleiten.

Alle Abzehrung des Leibes heißet mit einem Wort die Hectick. Diese hat aber, schon nach Bemerkung der Alten, verschiedene Grade. Diese stellen sich hinwieder nach vielfältigen Ursachen. Mit Recht nennet man sie ein Fieber, denn es nimmt mit der Zeit alle Glieder ein, und verzehret dieselben. Verkehrte Curen anderer Fieber, ein verstopfter güldner Ader-Fluß, ein unzeitig besänftigtes Podagra und Glieder-Weh, geben bald Gelegenheit zu solchen Krankheiten. Gemeiniglich folgen sie der Venus nach, daher man junge und auch erst verbundene Leute vielmals über eine ausnehmende Schwäche im Rückgrad klagen höret, welches um so viel gefährlicher ist, je weniger man den Schaden erst merket, und je mehr sich die Verzehrung in den Nerven einschleichet, daß daher alle Lebhaftigkeit, ja die Kraft der Sinnen, und insonderheit des Gedächtnißes, verschwindet. Die Hectick begleitet endlich fast unabscheidlich die Lungen- und Schwind-Sucht, oder welches eigentlich Species derselben sind, und beynahe einerley Cur erfodern, wie denn immer eine der andern Gelegenheit giebt, und wenn sie nun zusammengekommen und die Krankheit recht habituell worden, so sehen solche Patienten lebendigen Todten ähnlich, wie denn der

Tod selber eine Verzehrung ist, und werden keinem Medico viel Ehre erwerben. Boerhave hält dafür, daß ein Medicus nach dem 36. Jahre eines schwindsüchtigen, und dergleichen Patienten, zu späte kommen werde, weil alsdenn die wenigsten zu retten, und es alsdenn gemeiniglich Palliativ-Curen sind. Wenn einige mit besondern Arcanis alle diese Uebel brechen wollen, die werden, wie die Erfahrung gewiesen, weit gefährlicher, als die Verzehrung selbst, denn sie ruiniren noch vor Geld des Patienten Leben.

Die verzehrenden Krankheiten sind jedoch wegen ihrer Haupt-Ursachen und der darnach eingerichteten Curen nicht zu confundiren. Ich will den Unterschied nur auf gewiße Maase nicht den Aerzten, sondern einigen Kranken, zu Gefallen anzeigen.

Langweilige Fieber schlagen gemeiniglich in anfangende hectische Fieber. Hier ist in Zeiten noch Rath. Steigen sie aber zu den höchsten Grad und können den vollkomnen Namen der Hectick verdienen, die ihren vornehmsten Siz in den Nerven hat, so ist es vielmals ein Glück, wenn sie ein ab und zufallendes Glieder-Weh gebähret, oftmals aber kann sie sich nach Beschaffenheit der Personen mit einem jählingen Schlag, gefährlichen Lähmungen, epileptischen Zufällen, oder einem tödtlichen Schlaf, endigen. Die Lungen- und Schwind-Sucht, welche zum Compagnion allemal die Hectick haben, sind in so weit unterschieden, daß jene in wirklicher Verschwärung und Eutern der Lunge, sonderlich nach deren verletzten Puls-Ader und erfolgten Blutspeyen, diese aber Hauptsächlich in corrumpirten Ver

richtungen und Abzehrungen der Viscerum, welche, wie es sonderlich der Leber begegnet, eine gefährliche Verstopfung und Verhärtung zum Grunde haben, bestehet. Doch ist, oder kommt, sehr öfters Lungen- und Schwind-Sucht zusammen. Alle diese Krankheiten sind mit greulichen Zufällen, als schweren und mühsamen Athemhohlen, verlohrnen Appetit, Husten mit Auswurf, Müdigkeit der Glieder, und überhaupt einer ausnehmenden Schwäche, fliegender Hitze, Nacht-schweiß und Verfallung des Fleisches, verbunden. Man hüte sich aber gewiße Krankheiten des Magens, Engbrüstigkeit und langwierigen Husten, nicht so gleich vor Schwind-Sucht zu halten, und dahero durch eine ungewiße Cur sich erst in gefährliche Umstände zu setzen.

Diese Krankheiten, welche wohl unter allen die gefährlichsten sind, und mehr mit dem Tod, als Leben, eine Aehnlichkeit haben, erfodern ja gewiß geschickte und gründliche Curen. Kann dieselbe ein Medicus ohne Veränderung der Luft, Verordnung einer besondern Diaet, und der Milch-Cur, ohne Gesundheits-Motionen, und dergleichen natürlichen Cur-Methoden, gründlich heben, zu dem will ich mich gleich in die Schule begeben, und mein gesundes Land-Leben verdammen. Gesetzt auch: Man wüste irgend eine Art mit gewissen Arztney-Mitteln diese Uebel völlig zu brechen; so kann man dem Land-Leben noch nicht den Ruhm benehmen, daß es hierzu nicht zu der bequemsten Kranken-Wohnung dienen sollte; Denn, weil sich dergleichen Patienten insgesamt vor Gemüths-Beunruhigungen

zu hüten haben, so müssen sie sich vor allen von vielen Geschäften und Sorgen entschlagen, und eine ruhige Lebens-Art suchen. Allein so pranget es weit mehr mit dem erhabenen Lobe seines wirklichen Genesungs-Nutzen, ob wir schon den Beystand einiger, jedoch weniger, und dagegen auserlesner, Arztney-Mittel so wenig verachten, daß wir sie vielmehr zu baldiger Hülfe recommendiren. Nur ist diese Cautele zu merken, und es giebt sich von selbst, daß das Land-Leben nur denen Patienten ihre Gesundheit erstatten werde, die sich noch ohne Mühe und Gefahr aufs Land können begeben.

Und da leistet die Milch-Cur ihre besondern Dienste in der Hectick, und allen langweiligen Fiebern, die ihren Ursprung aus derselben haben. Wenn, und wie dieselbe angestellet werden muß, daß der Gebrauch eine gute Praeparirung und überall eine bestgeordnete Diaet erfodre, und der Rath eines vernünftigen Medici hierbey vor allen excellire; dieses habe ich oben errinnert. Ich darf also nur noch etwas hinzusetzen:

Es ist keine Folge, daß Patienten, welchen zu Anfang die Milch nicht bekommen will, so gleich die ganze Cur einstellen. Es ist aber auch eine wichtige Cautele, daß man, wenn sich bey deren Gebrauch anhaltender Kopf-Schmerz, Geschwulst, Aufdunstung, und starke Diarrhoeen finden sollten, die Milch bey Seite setze. Doch ist dieser Fehler vielmals mehr einer verkehrten Anstalt, als der unschuldigen Milch, beyzumessen. Da man bey denen, die gleich die Milch vertragen können, dennoch

noch in der Cur muß sicher gehen; wie viel behutsamer wird die Milch solchen, welchen sie erst wiederwärtige Zufälle verursachet, müßen vorgeschrieben werden? Ich lobe die Medicos, welche nach zweifelhaften Anzeigungen und wankender Einsicht die Milch-Cur wiederrathen. Dagegen vergehen sich einige wieder ihre Aufrichtigkeit, wenn sie bey sichern Umständen und nach Verlangen der Patienten dieselbe verbieten. Der sicherste Weg zur Milch-Cur ist dieser: Man fänget mit wenigen an, und bedienet sich dabey Ptisanen aus wenig Gerste, Scorzoner-Wurzel, gebacken Obst oder Haber Tränken mit Juleppen, von welchen man aber immer nach und nach abgehet, und dagegen desto höher mit der Milch steiget. Vor und in dem Gebrauch dieser Dinge muß man gelinde Laxatife nehmen; Andere können gleich darauf, nach Hofmanns Rath, die Cur mit Selter-Waßer und Molken, oder Milch, anstellen. Boerhaave rathet sonst wenig Speisen, als nach folgender Vorschrift zu nehmen, und sich derselben täglich 4. mal zu bedienen. Man nimt

frisch gemolkne Milch den 4ten Theil einer Kanne,
Zwieback oder Semmel, 2. Loth,
Zucker, nicht über 2. qutl.

und läßet es bekanntermaßen zu einem Brey machen.

Dieses kann man auch mit kräftigen Suppen aus Kalb-fleisch und Marks-Knochen, Brühen und Potagen von Hühnern und Krebsen verwechseln, welches schon Hippocrates verordnet. Nur muß allen diesen Speisen das meiste Fett entnommen seyn. Zum ordentlichen Getränke kann man

sich gleichfalls nach Boerhaave seiner Methode frische Milch ½ Kanne mit 1 Kanne Waßer vermischt wählen. Hat der Patient fliegende Hitze, so kann er säuerlich, bey schwachen Visceribus aber süß, Molken nehmen. Zuweilen frische Butter-Milch mit 2. Theil Waßer getrunken hat Boerhaave nicht ohne Nutzen befunden. Auch ist es nicht unkräftig, einigemal etwas von einem orientalen Balsam de Meccha früh in weichgesottnen Ey, oder abends in einer angenehmen Emulsion mit Mandeln und wenig feinen Zucker zu nehmen. Gehet man von der Cur ab, so darf man bey Tische erst Waßer und weiter etwas guten Wein zum Trunk auch Suppen aus Wein und Milch erwählen. Eine Zeitlang aber ist aller starker Wein, als Ungarischer und Champagner, mit dem Biere, auszusetzen. Vornämlich muß ein Medicus die Cur nach eines jeden besondern Umständen verordnen.

Was die Milch-Cur, das praestiret die Verendrung der Luft in der Lungen-Sucht. Dieses Mittel ist oftmals im Stande die Krankheit vollkommen zu heben, ohne demselben aber wird schwerlich ein Lungen-süchtiger curiret werden. Das wusten die Alten, wie oben errinnert, und es wissen es noch viele zu unsern Zeiten, dahero die Engländer bey dieser Krankheit die Luft entweder mit dem Lande, oder gar dem Clima, verändern, und mit so vielmals bekräftigten Nutzen in Franckreich, sonderlich nach Montpellier, reisen. Wir wissen alle, daß die Nahrung und Gesundheit der Lunge von guter Luft dependire. Da nun die Luft mit der Verändrung ihre Kräfte gleichsam vom neuen zeiget, und die Lungen-

gen-Gefäse sonderlich stärket und reiniget, den Auswurf befördert, und das Blut besser subtilisiret, so lassen sich die Wirkungen aus den Kräften dieses unentbehrlichen Lebens-Mittels leicht ermeßen, welches die Ehre hat auch als ein unentbehrliches Gesundheits-Mittel bey allen Krankheiten zu stehen. Und so versichert der berühmte Morton in England mit vieler Erfahrung gleichen Nutzen von angestellten Reisen, weil eine freye und gesunde Luft gerade das rechte Mittel wieder diese Krankheit sey; indem dadurch die Nerven und Lebens-Geister über alle Arztney gestärket, der Mangel eines guten und geistreichen Geblüts ersetzet, das Gemüth ermuntert, der Appetit erwecket, und folglich die weiter einreißende Verzehrung der Lungen, aufs gewisseste verhütet, werde.„

Wenn ich noch endlich das wahre und wohlverdiente Lob einer guten Motion in der Schwindsucht mit Weitläuftigkeiten vertheidigen wollte, so würde ich gewiß Wasser in die Elbe tragen. Sonderlich hat sich das Reiten hierinnen so characterisiret, daß Sydenham und Stahl, zween der größten Aerzte zu unsern Zeiten, kein Bedenken getragen, dasselbe ein Specificum, oder ein gewißes zuverläßliches Hülfs-Mittel, welchen Namen sonst wenig Arztneyen verdienen, der schwindsüchtigen zu nennen. Morton preiset es eben also in langweiligen Fiebern; Weil durch die Leibes-Bewegung nicht nur die schwerste Verstopfung in den großen und kleinen Gefäsen am sichersten gehoben, sondern auch durch diese gründliche Eröfnung der unreine, alte und schädliche Chylus, welcher schon die Blut-

führende Gefäse angestecket, ausgetrieben, dafür aber desto mehr neu ausgearbeiteter und kräftigrer dahin geleitet, und hiernächst der Appetit, als ein gewisses Zeichen der folgenden Gesundheit, merklich verstärket, werde. Die Motion muß täglich und gradatim bis zum mäßgen Schweis geschehen. Celsus hat niemals einen schwindsüchtigen ohne dieses Mittel curiret, und wenn sie zu schwach waren, daß sie weder gehen, noch sich zu Schiffe begeben, konnten, ließe er alle Glieder und den Unter-Leib besonders fleisig mit Tüchern reiben. Wie denn überhaupt diejenigen, so aus einem zuvor erlittnen Blutsturz Anfälle von Lungen-und Schwind-Sucht vermerken, heftiges Reiten, oder auch starkes Fahren, vermeiden müßen, da diese Cautele schon der aufrichtige Hippocrates bekannt gemacht.

Boerhaave rathet einer Dame von 36. Jahren, so in der Jugend an Masern gelegen, und durch verkehrte Cur von der Zeit an hectische Zufälle, trocknen Husten, Brust-Schmerz und eutrigen Auswurf öfters erlitten, vor allen andern Mitteln täglich bey freyer Luft in der Kutsch auszufahren. Ich will von demselben noch ein gewisses Consilium hersetzen, welches einige Umstände, so Gelegenheit zu dergleichen Krankheiten geben können, weiter erkläret.

Ein junger Herr von Adel, ohngefehr 23. Jahr alt, hat im August-Monat des vergangnen Jahres auf starke Erhitzung einen großen Becher voll dinnes Bier getrunken, kaum aber in 2. oder 3. Tagen darauf Verwirrung

in

in allen Gliedern, große Ermattung und beständigen Schwindel empfunden, wobey zugleich ein gewaltiges Aufsteigen des Magens erfolget, welches ohne Absetzen 12. Stunden gedauert. Der Magen ist etwas geschwollen. Ein Medicus, welchen dieser Herr deswegen consuliret, hielte es vor hypochondrische Zufälle, verordnete disfalls ein Vomitif und gewiße Tropfen. Die Krankheit war wohl, nach dessen Meynung, einigermaßen gestillet, nichts desto weniger aber ist das Aufsteigen und die große Schwachheit geblieben. Die Oefnung hat sich sehr verhalten. Der Herr ist von guter Constitution, nur ein wenig hager. Sonst hat er sich immer wohl befunden, aber die Krankheit, welche ihn dermalen beschweret, macht ihn zu allen Geschäften und Gesellschaften verdrüßlich. Die Verordnung und das Verhalten hierbey wird zum Besten dieses Herrn von einem so berühmten Medico sehnlich erwartet.

Antwort des Herrn Boerhaave.

Durch den starken und kalten Trunk, den dieser Herr auf grosse Erhitzung genommen, ist das Geblüte um die Brust jähling erkältet, und erstarret, die Viscera aber in ihren Functionen gehindert, und daher mit einiger Geschwulst verhärtet, worden. Hieraus sind diese Uebel gekommen, welche sehr schwer wiedrum zu heben. Die beste Diät wird in weichen Speisen aus gelinden Garten-Gewächsen

sen mit Fleisch-Brühen, Zugemüsen, gebackenen Obst, und dinnen Getränke, bestehen. Der Unterleib ist täglich, besonders früh Morgens, mit rauhen, warmen und trocknen Tüchern lange zu reiben, und eine gute Motion durch Gehen, Fahren und Reiten, je öftrer, je besser, anzustellen.

Scorbut

Ist eine in Nieder-Sachsen und vielen Ländern, sonderlich welche mit dem Baltischen Meere grenzen, allgemein graßirende Krankheit. Die Ursachen sistiret so wohl die dasige Lebens-Art mit geräucherten, eingesalznen Speisen, und unreinen Wasser, als auch vornämlich die rauhe und feuchte Luft, welche in diesen Gegenden streichet. Dahero die meisten die Verändrung der Luft zur vornehmsten Cur brauchen. Schiff-Leute, die gemeiniglich damit überfallen werden, eilen bald zum Lande, und die Bewohner der Mittags- und Mitternachts-Gegenden wissen sich die Morgen- und Abend-Luft in den nächsten Landen wohl zu Nutze zu machen. Aus England reiset man dißfalls in Frankreich, und die Cur gehet daselbst, nach Claramont seiner Versichrung, weit eher von statten.

Ob zwar der Scorbut bey uns nicht so allgemein und heftig ist, so werden doch gewiß wenig Krankheiten gefunden werden, worzu er sich nicht gesellen, oder gar selbst erwecken sollte. Was ist der Ausschlag, das Grimmen und Ausfahren anders, als Scorbut? Bey dem Podagra, der Hypochondrie, und einigen langwierigen Krankheiten,

meldet

meldet er sich gemeiniglich zum Compagnion an, und wenn er vollends zur Venus-Krankheit schlägt, da ist der Noth kein Ende.

Von scorbutischen Krankheiten überhaupt ist zu merken: daß weder ein Gläsgen Tinctur, noch ein wohlriechendes Sälbgen, die Sache ausrichtet. Dieser Feind muß an dem rechten Ort angegriffen, und durch Reinigung der ganzen Säfte ausgetrieben, werden, sonst hat die Cur keinen Bestand, und der Scorbut wird wie ein Scaramutz, der sich bald wegbegiebt, und bald wieder einstellet. Man enthalte sich demnach in der Diät von allen Fisch- und Fleisch-Sachen, und bediene sich einige Zeit der Kost derer Bauern, die dißfalls von dieser verderblichen Krankheit wenig, oder gar nichts, wissen. Zugemüse und Garten-Gewächse, sonderlich Kresse, Kerbel, Kohl, und Endivien, werden die besten Speisen seyn. Zum Getränke kann man Molken mit Rettig gesotten, oder Milch und Wasser zugleich, erwählen. Motion muß täglich, jedoch nicht heftig, geschehen. Des Morgens sind dienliche Kräuter-Tränke, und Abends schärfdämpfende Pulver, zu nehmen, die man sich von einem Medico nach seinen Umständen verordnen lässet. Wohnet man in einem feuchten Zimmer, so ist solches vor allen zu ändern. Sehr bequem, und zugleich wegen Veränderung der Luft, geschiehet die Cur auf dem Lande.

Boerhaave rathet einem Schweitzer-Officier, welcher das Podagra und den Scorbut mit in Erbe bekommen, und bey einer schiebrigen Haut öfters stark ausgefahren war, alle Morgen den Dampf von warmen Wasser an alle Glieder gehen zu lassen, sich

sich stark zu reiben, vor der Mahlzeit bey trockner Luft zu reiten, Nebel und feuchtes Wetter aber zu meiden, und die Cur 6. Wochen zu continuiren.

Eine adliche Dame von 30. Jahren, zarter Constitution und guten Verstandes, deren Mama schon ehedem mit einigen scorbutischen Zufällen incommodiret gewesen, empfindet sehr heftigen Schmerz und unzählige Anfälle von Scorbut und angegriffner Leber. Im zwölften Jahre hat sie an gefährlichen Blattern tödtlich gelegen, und von der Zeit an öfters Gallen-Erbrechen, Magen-Schmerz, und verlohrnen Appetit viele Jahre durch erlitten. Nachdem diese Uebel kaum vertrieben, stellet sich der ärgste Scorbut mit allen seinen Zufällen ein, welcher alle dawieder angewendte Mittel entkräftete. Auch ist ihr vor kurzen ein unrichtiger Zufall begegnet. Nach der Zeit hat sie sich auf dem Lande, vermuthlich wegen guter Motion, und des Ziegen-Molkens, die Sommer und Herbst-Monate über gar wohl befunden, da sie sich aber zum Winter in die Stadt gewendet, wiedrum Recidive vermerket, durch Gebrauch einiger Mittel sich jedoch noch immer gerettet. Zu Anfang des Februar verfällt sie in einen heftigen Glieder-Schmerz, oder so genannten hitzigen Fluß, welcher mit dem Scorbut, der vielleicht der Ursprung aller dieser Uebel ist, verbunden. Hierbey findet sich heftiges Reissen in allen Gliedern, den Händen und Armen, sonderlich unter den Knien, und an diesen

Orte

Orte sind, nach Gebrauch Arztneyen und des Sauer-Brunnen, rothe Flecken zum Vorschein kommen.

Boerhaave giebt zur Ursache aller dieser Uebel die scharfen und dinn-scorbutischen Feuchtigkeiten des Geblütes an, welche auch daher die festen Theile, und besonders die Viscera, stark angegriffen, die Galle verderbet, und sich der Schmerz wegen der zärtlichen Natur dieser Dame auch in andere Glieder geleget. Dieses verwickelte Uebel erfodre große Klugheit eines Medici. Er wolle zu guten Nutzen anrathen freye, doch nicht allzuwarme, Land-Luft, Speisen aus Garten-Gewächsen, gebacken Obst, Milch, und dergleichen, zum Getränke aber Spaa-Wasser, mit gleich viel Milch vermischt, anhaltende, doch sehr mäßige, Leibes-Bewegung, vielen Schlaf, sonderlich in Sommer-Häusern, und täglich Bäder, worein die Füße bis zu den obern Theilen zu setzen.

Galanterie-Krankheiten

stehen auch mit in unsern gesunden Land-Leben. Man wundere sich nicht, weil es bey allen Arten dieser nunmehro epidemischer Krankheiten etwas thun kann. Doch darf ich das Land-Leben nicht allzusehr loben, weil man sonst die oedesten Oerter anbauen, und eben damit die Liebe verpflanzen, würde. Denn diese ist so undankbar gegen die Gesundheit, und so unsinnig gegen sich selbst, daß sie nicht nur jene, sondern sich zugleich mit, verderbet. Wir machen immer viel Wesens von der moralischen Liebe, aber

am

am Ende muß man gemeiniglich dem Arzt in die Hände fallen, und es ist noch gut, wenn man nicht in solche gerätht, die einem vollends das Leben verderben. Den höchsten Grad dieser Krankheiten kann das Land-Leben nicht heben. Die Curen hierzu sind bekannt, und selbst einem Medico fürchterlich anzuführen. Doch kann das Land-Leben nach demselben dem Gemüthe und der Natur zu beyden ihrer Erhohlung sonderlich mit der Milch-Cur beystehen. Gesellet sich hierzu der Scorbut, da kann man die Krankheit dirissimum nennen, weil dieser nicht nehmen will, was die kranke Venus brauchet. Hier dienet ein geschickter Arzt, und sonderlich ein Land-Mittel, das Molken. Die Veränderung der Luft ist gleichfalls hierbey nicht ohne Nutzen, dahero die Franzosen aus England, weil die Krankheit daselbst schwer zu vertreiben, mit guten Erfolg in ihr Vater-Land reisen.

Von den übrigen Krankheiten will ich nicht ausführlich handeln, sondern nur von einigen etwas anzeigen, welches man nicht so gnau regardiret. Einige davon sind mit greulichen Zufällen verbunden. Insgemein aber verzehren sie Mark und Säfte, welches oftmals ein jämmerlicher Anblick bezeiget. Besonders aber ist zu merken: daß Krankheiten, die sonst nicht viel zu bedeuten haben, bey dergleichen Personen, die sich noch gesund einbilden, vielmals wegen der geschwächten Natur tödtlich werden. Nach der Vernunft und Moral muß man einen Unterschied unter der Liebe, und nach der Gesundheit und Medicin, einen Unterschied unter der Leibes-Disposition, machen. Wird dieses

zusam-

zusammen verbunden, so wird Liebe und Leben auch mit einander bestehen können. Die Alten hatten dißfalls gewisse Gesetze, wodurch dieses bestehen sollte, weil sich die üblen Folgen nicht auf einen Menschen, sondern vielmals auf ganze Familien, und das gemeine Wesen, erstrecken. Dahero sind gewisse Maladien weit grausamer, je weniger man sie achtet. Boerhaave giebt eine nachdenkliche Beschreibung, wenn er sagt: „Viele stellen so eine Lebens-Art an, daß sie vor der Zeit alt werden, und so gar habe ich einige gesehen, die den Ehestand noch vor dem 30. Jahr ausschlagen müssen; Hingegen finden sich einige, welche sich im 90. Jahr noch darein begeben könnten.„ Solche Leute empfinden öfters die Schwäche ihrer Natur, und wollen sie durch eine desto herrlichere Lebens-Art und Arztneyen verbessern, dadurch müssen die übrigen Kräfte nur desto eher zu Grunde gehen. Das stille und ruhige Land-Leben erweiset öfters den grösten moralischen Nutzen. Nur müssen einige die Einsamkeit auch auf dem Lande lieben, weil viele die Liebe, welche sie in Städten nicht gekennet, auf dem Lande angetroffen. Wenigstens hat die Veränderung des Orts schon ihren guten Nutzen. Das Land-Leben erweiset, in Absicht guter Motionen, geringer Kost, der Milch- und Wasser-Cur, ersprießliche Dienste. Ich kann zwar den Nutzen in der Unfruchtbarkeit nicht gewiß setzen, jedoch wollte ich Casus anführen, welche mir dißfalls auch beystehen sollten, zumal, wenn ich die Bade-Curen mit darzu nehmen wollte. Eine nährende und stärkende Kraft hat die Milch, dahero dienet sie sonderlich in der Hectick, welche

die Liebe verfolget. Hofmann gedenket eines Officiers, der unter dem Regiment der Venus viele Jahre zu Felde gezogen, und durch Gebrauch der Esels-Milch seine maroden Umstände verlohren.

Ueberhaupt haben frische Wasser-Curen ihren Universal-Nutzen präservative, und das kalte Baden kühlet nicht nur, sondern stärket auch die Natur, daher denn einsmal ein verliebter Baccalaureus die verletzte Schönheit seiner Jugend wieder erhalten. Bey dem Wasser-Trinken kann man zuweilen etwas reinen Salpeter zuwerffen. Das Land-Leben dienet insonderheit solchen, welche aus Verlust ihrer Gemüths- und Leibes-Kräfte weibisch, oder gar auf eine Art unsinnig worden, worzu man noch in Ansehung der ersteren einen vernünftigen und geübten Freund, und wegen der letzteren nur geringe Mittel, die zugleich das Land procuriret, setzen kann. Die kräftigste Panacee ist, daß man eine solche Lebens-Art, die das Leben verkürzet, ändere, ehe sie sich selbst verändert. Baynard, ein berühmter Medicus in England, erzehlet in einem Briefe an den Ritter Floyer, daß er einem gewissen Herrn, an einem Zufall, den man nicht gerne nennet, und wofür er eine ansehnliche Summe Gelds geben wollen, gerathen, er solle sich aufs Land begeben, in einem frischen Brunnen, oder Fluß, baden, und einen Monat nichts anders, als frische Milch mit wenig Zucker trinken, bey Tische aber rein Brunnen Wasser mit etwas Claret-Wein, vorsetzen lassen, worauf er sich auch wohl befunden. Es soll aber mit dieser Cur, setzt er hinzu, nicht lange Bestand gehabt haben.

Hypo-

Hypochondrie

unterscheiden unsere heutigen Gesundheits-Gelehrte von der sogenannten Milz-Beschwerung, worunter die Alten die Hypochondrie verstanden haben. Es pecciret nicht nur der Milz, sondern der ganze Status der Viscerum, welche zu Ausarbeitung des Nahrung-Saftes dienen, jener befindet sich in Schwachheit, dieser verderbet das Geblüte. Unterhalten wird die Krankheit durch eine gefährliche Säure, welche sich in Magen einnistelt. Gelegenheit dazu geben vieles sitzen, sonderlich nach Tische, eine unbequeime Diät in Speisen und Getränken, tiefsinnige Untersuchungen, und Gemüths-Bekümmernisse. Dergleichen Personen sind Krank-Gesunde, und vielmals selber nicht mit sich eins. Vorbothen dieser Krankheit sind: kleine Geschwulst unter den kurzen Rippen, und Paßiones im Unterleibe, die noch überdieses symptomata symptomatum statuiren, oder einigen deutlicher zu geben, da aus den Zufällen, welche die Krankheit begleiten, wiedrum ein Zufall um den andern erfolget. Welches alles, nach Beschaffenheit der Personen, die Krankheit intricater, und nach dem Verhältniß dieser, die Cur schwer, oder leichter, machet. Diese Krankheit stehet mit der Hysterick in gleicher Verwandschaft, nur, daß diese letztere Frauens-Personen begegnet.

Ein Laxatif aus Epsamer-Salz und Magnesia besänftiget die Effecte der Krankheit. Die Ursachen aber lässet es liegen. Zuweilen dienet etwas reiner Salpeter, oder antispasmodisches Pulver einige Stunden nach Tische wieder die sich erregende

Blästigkeit, welches zugleich den Urin befördert. Aber es hebt nicht die Krankheit. Die Milch-Cur ist selten, bey der wirklichen Hypochondrie gar nicht, und bey der Hysterick nach Umständen, zu rathen. Dagegen kann ein guter Trunk Butter-Milch mit Nutzen vergönnet werden. Bey der Vollblüthigkeit lässet man nicht ohne sonderliche Noth die Ader öfnen. Doch muß man sich vor Medicis hüten, die bey allen Krankheiten und auch der Hypochondrie weiter nichts, als Vollblüthigkeit wissen, wovon ich einen traurigen Casum anführen könnte. Man richte die Cur nach obbenannten Ursachen der Krankheit, so findet man die natürlichste Methode: Ruhe des Gemüths, Mäßigung im Studiren, gute Diät, und wohl abgerichtete Leibes-Bewegungen; vor allen aber ein vernünftiger Medicus, welcher mit guter Einrichtung und nöthigen Arztney-Mitteln einer naturmäßigen Cur, nicht wieder- sondern glücklich, beystehet. Würde dieses alles wohl observiret, so würde man weder einen Hypochondristen im Lande, noch Weh-Klage unter den Weibern, finden. Oftmals giebt die Hypochondrie Gelegenheit zur Melancholie, und da dienet, nach dem Rath des Frambesarius und Nicolai Piso, welcher letztere ein berühmter Leib-Medicus eines Herzogs zu Lothringen war, das Reiten durch anmuthige und grünende Gegenden, desgleichen angestellte Reisen, damit das Gemüthe von falschen Ideen zugleich entlediget werde. Alles dieses schlüsset in sich das angenehme Land-Leben. Da diese Krankheit sonderlich unter denen Herren Gelehrten Mode ist, so will ich einige

Casus

Casus zu weiteren Nachdenken anführen. Einen davon hat Sydenham aufgezeichnet.

Ein gewisser Prälat, welcher seinen grossen Verstand stets mit vielen studiren und denen wichtigen Amts-Verrichtungen beschäftigte, vermerket eine ungemeine Schwachheit der Nerven und hypochondrische Anfälle. Die Maladie, welche schon lange Zeit geherrschet, hatte daher alle Säfte verderbet und die Dauungen gänzlich verkehret. Stahl-Arztneyen hatte er mehr, als einmal, mit der grösten Wiederwärtigkeit genommen, alle Arten von Sauer-Brunnen, und zwar öfters mit starker Eröfnung, getrunken, Antiscorbutica und andere Dinge mehr ein ganzes Jahr lang gebrauchet. Endlich wurde er mit einem unnachläßigen Durchgang befallen, welcher der Vorbothe des Todes in der Schwindsucht und andern langwierigen Krankheiten ist. In diesen Umständen consulirete er mich, da ich denn gleich funde, daß hier mit Medicamenten weiter nichts zu thun sey; Ich recommendirete ihm, nachdem ich die Zufälle einigermassen besänftiget, auf einige Zeit gelindes Reiten. Wäre dieser Herr nicht von sonderbarer Einsicht gewesen, so wäre mein Consilium wohl nicht ästimiret worden. Diese Motion, welche er immer nach und nach verstärkte, hat ihn einzig und allein von allen seinen mißlichen Zufällen befreyet, daß er nunmehro mit gröster Munterkeit und guter Gesundheit seinem hochwürdigen Amte vorstehet.

Ein Medicus consuliret den Herrn Boerhaave wegen eines Herrn von Adel, der 28. Jahr alt und lange Zeit mit der Hypochondrie beschweret gewesen, nunmehro aber zugleich schweres Athemhohlen, heftigen Schmerz, Keichen auf der Brust, und grosse Aengstlichkeit, empfinde, &c.

Boerhaave urtheilet davon, daß es ein Asthma convulsivum werden könne, da zumal Sedes affecta das Zwerg-Fell sey. Er rathe alle Morgen nüchtern, und Abends 1. Stunde vor Tische, die Gegend unter den kurzen Rippen, um die Brust und den Unterleib mit warmen Tüchern ohngefehr $\frac{3}{4}$ Stunde lang zu reiben. Dieses Mittel würde solchen Nutzen verschaffen, daß man es also nicht gering achten und unterlassen sollte. Reiten diene einige Zeit vor der Mittags-Mahlzeit, und gegen Abend etliche Stunden vor Tische. Allemal nach dem Reiben wäre ein Trank aus Eichorien-Wurzel zu nehmen, welcher auch nach der Motion mit 5. Stück von folgenden Pillen nicht zu vergessen:

℞. sap. venet. ℥iij.
balf. peruv. ʒß.
troch. de Myrrh. ʒiß.

Hierbey könne dieser Herr im freyen Hof spatzierengehen und sich übrigens leichter Speisen bedienen. Wenn dieses in 14. Tagen geschehen, so könnte man überlegen, ob die Sauer-Brunnen-Cur bey guter Motion und freyen Gemüths-Beschaffenheit anzustellen?

Die Wassersucht

zu curiren, bedieneten sich ehemals die Alten ganz andere Methoden, als wir uns heutiges Tages bedienen.

dienen. Sie liessen ihre Patienten, die noch nicht bettlägrig waren, eine lange Reise auf dem Meer anstellen, damit durch Erweckung des erfolgenden Erbrechens die Materia peccans am meisten evacuiret würde. Dergleichen Kranke musten sich ferner mit von der Sonnen-Hitze erwärmten Sand beschütten lassen, oder sich in selbigen herumwälzen, daß dadurch die vielen Feuchtigkeiten vertrocknen möchten. Nicht nur Gesunde pflegten sich auf ihren Ober- und Sommer-Häusern, den sogenannten Söllern, welche wie die Altane zu unsrer Zeit ohne Dach gebauet, an der Sonnen zu salben, sondern auch Wassersüchtige musten sich nackend, und zwar bald stehende, sitzende, liegende, und laufende, von den an einen dichten und schiefliegenden Körper heftig zurückprallenden Sonnen-Strahlen erwärmen, welche Cur die Griechen ἡλίωσιν, die Römer insolationem, genennet, wovon wir nicht nur bey Aerzten, sondern auch dem Plinius, und andern Geschichtschreibern, viele Nachrichten finden. Aetius lobet diese Sonnen-Cur, die übermäßige Fettigkeit zu mindern, womit Prosper Alpinus in d. Med. aegypt. einzustimmen scheinet.

Was die Alten thaten, thaten sie niemals nicht nur ohne gewiß sonderbaren Einsicht, sondern auch mit vielfältiger Erfahrung. Nun ist zwar in unsern Gegenden die Sonnen-Hitze nicht so penetrant, und effectuiret nicht so viel, als in den dasigen Ländern. Inzwischen können wir doch in gewissen Arten der Wassersucht, sonderlich, wenn sie aus unrichtigen Curen der kalten Fieber entstanden, ohne Bedenken, trokne, warme, und freye, Luft anra-

 then,

then, deren Nutzen mehrere, ohne daß sie ihn auf diese Art hauptsächlich gesucht, gefunden haben. Das Land-Leben dienet diesen Patienten, weil sie, wie Aretäus bezeiget, mit den Schwindsüchtigen gemeiniglich diesen Affect besitzen, daß sie noch gute Hoffnung zum Leben haben, welcher so heilsam ist, daß er ihnen immer das Leben fristet. Unter den neuern Gesundheits-Gelehrten hat Ramazzini, den ich schon einigemal angeführet, heftiges Reiten bey der grösten Sonnen-Wärme recommendiret, wodurch das Wasser unter der Haut durch den Schweiß, und die vornehmsten Ursachen der Krankheit durch andere Wege der Natur abgeleitet würden. Man muß auch nach der Vernunft zugestehen, daß diese Methode die natürlichste in Schwitz-Curen sey. Man brauchet zwar hierzu insgemein ein gewisses Bad, wenn aber in der Wassersucht schon die Fäulung da ist, so muß man ohnedem, nach des Herrn Boerhaave seiner Erinnerung, abstehen, und dafür nur säuerliche Getränke und Meer-Zwiebel-Eßig nehmen. Jedoch sind diese Arten einer Cur nur bey dem Anfang dieser Krankheit mit sichern Nutzen zu loben. Es giebt sich auch von selbst, daß der Wassersüchtige noch bethulich seyn müsse, dergleichen Mittel vorzunehmen. Denn wenn das Uebel eingewurzelt, und die oberen Glieder durch die Hectick, die andern aber mit der Wassersucht, verderbet werden, welches sonderlich denen begegnet, die aus Mißbrauch des Brantweins in diese Krankheit verfallen, so kann man dem Patienten, wenn man auch die Wassersucht curiret, gemeiniglich den Schlag, welcher das Ende macht, vorhersagen.

Oftmals wird dieses verderbliche Uebel auf eine wunderliche Art gehoben, wie dergleichen Casum der ehemalige gelehrte Prof. Lange in s. Ep. von einer Barbiers-Frau erzehlet, die weder dem Mann, noch den Aerzten, folgen wollen, wie es denn sehr öfters in solchen Krankheiten ist. Allein es pflegt nicht allemal casu gut abzulaufen. Weit sichrer könnte man dem Exempel folgen, da sich einer, nach des Herrn Boerhaave Bericht, durch stetes Kauen der Bertram-Wurzel und Abführung durch den Mund von seinem Elend geholfen. Nichts grausamers kann ich mir in dieser Krankheit vorstellen, als wenn der Medicus bey unablässlichen Durst das Trinken verbietet, oder den Kranken dafür einen bittern Eßig-Trank überreichen läßt, und dennoch kann er nicht anders verfahren.

Die Melancholie

ist eine Krankheit, welche die Seele und der Leib zugleich empfindet. Nur kommt es darauf an; in wie weit die Sinnen und Kräfte der Seelen gegenwärtig, und die Säfte des Leibes verderbet, sind? Rühret die Krankheit aus dem Verstand, und herrschet in verderbten Ideen, so kann ein vernünftiger Gemüths-Medicus, ich meyne einen guten Freund, das beste; wenn aber die Ursachen mehr in dem Blut- und Nerven-Systemate haften, so muß der Medicus das meiste, ausrichten. Behält die Einbildung die Oberhand, so ist auch das Fieber da, und denn wird es Raserey genennet, welches die gefährlichste Krankheit ist, weil hier der Mensch sich selbst nicht kennet. Wie das Fieber die ge-

meinste Krankheit ist, und den ganzen Körper auf einmal beherrschet, so eine Aehnlichkeit hat die Einbildung, welche als eine Krankheit die Vernunft verstöhret. Es ist eine oftbemerkte Sache, daß die meisten aus verderbter Phantasie in ein Fieber fallen, und daß viele Febricitanten aus der Einbildung das Leben quittiren. Melancholie ist folglich eine Krankheit des ganzen Menschen. Der niedrigste Grad ist Mißvergnügen und ein schlechter Zustand glücklicher Fälle.

Ich will nur überhaupt etwas anzeigen, weil die Cur nach der Krankheit, und diese nach den Umständen, kann sehr verschieden seyn. Ob die Melancholie, nach Meynung der Alten, von Ueberfluß der schwarzen Galle herrühre? ist zwar hier nicht zu untersuchen; Unterdessen haben einige Neue das Alte gar verwerfen wollen, und doch nichts bessers gewußt, denn man kann ohnmöglich zu einer Krankheit nur eine Ursache setzen. Wenn ein cholerisches Temperament in starke Melancholie fällt, sollte man wohl die Galle, als den Balsam des Bluts, hierbey ausschlüssen können? Andere Ursachen und grössere Gefahr hat die melancholische Krankheit, wenn ein Sanguineus davon eingenommen wird. Schlechte Umstände sind bey der Melancholie: Die Patienten pflegen selten ihre Maladie jemanden aufrichtig zu entdecken. Einige seufzen und weinen öfters, und wissen nicht warum? Andere lieben die Einsamkeit, so ihnen doch zu wiederrathen stehet. Insgemein aber fühlen sie grosse Bangigkeit des Herzens, welche eine blasse Farbe und verstöhrte Gesichts-Bildung anzeiget. Oftmals entstehet ein schwer-

schwermüthiger Zufall aus dem lesen verderblicher Romanen, welche dem Gemüthe so schädlich, als der Gift dem Körper, sind, nur in Ansehung der Einbildung, welche in die Leibes-Gesundheit dringet, und den Effect mit hypochondrisch- und bey Frauens-Personen mit hysterisch-melancholischen Krankheiten zeiget, wovon ich zu Ende einen Casum anführen will, denn sonst würde es den Aerzten nicht viel angehen. Lächerlich ist es, es verdienet aber auch Mitleiden, wenn dergleichen Personen jämmerlich gegeiselt und geprügelt werden. Es ist einsmal Hans aus seinen närrischen Kopf melancholisch worden, und ein Doctor hat die Prügel-Cur gerathen, welche ihm denn auch wohl bekommen, so gleich hat man dieses unter die Mittel wieder die Melancholie gezählet, und bey Leuten, sonderlich weiblichen Geschlechts, welche noch Begriffe von der Schamhaftigkeit und Tugend hatten, mit den unglücklichsten Folgen vielmals nachgeahmet. Die Vernunft verabscheuet alle widernatürliche Methoden, und wenn der Narre ein Narre ist, da wird man ihn nicht mit Schlägen, sondern einer etwas sanften Zucht, vernünftig machen. Denn das ist eine Krankheit der Seelen, welche sich aber nicht prügeln lassen: Ich wollte dieses nicht anführen, wenn mir niche von einem geübten und mir intim vertrautem Medico ein merklicher Casus referiret worden, da man mit einer zarten und nicht geringen Frauens-Person auf diese Art jämmerlich verfahren, welche, da man sie auf eine beßre Art zum Wohlseyn gebracht, nach Erinnerung ihres erlittnen Unrechts beynahe wiedrum melancholisch worden.

den. Aber da finden sich noch Exempel, daß melancholische Personen, wenn sie selbst haben einen diese Cur bekommen lassen, durch die Echauffirung in Gemüth und Körper wieder zu recht worden. Daher pflegen viele zu sagen, wenn sie nicht aufgeräumt sind, welches ebensfalls ein Grad der Melancholie ist, sie möchten sich gleich mit jemanden schlagen. Denn jener hat auch unrecht verstanden, und seinem Prügel-Arzt, der das Mittel probiren wollte, das Vehiculum genommen, und ihn die ganze Dosin beynahe mit Lebens Gefahr kosten lassen, auch wirklich dadurch seine Gesundheit erhalten. Eine andre Sache ist es, Wahn-Witzige zu fesseln und sie unverhoft mit Wasser zu übergiessen. Aber, das ist gewiß, daß bey vielen melancholischen Personen, der Schreck durch ein Wort, und weitere geschickte Vorstellungen, die Verändrung des Orts und andere Umstände, die beste Cur ausrichten, (denn es ist bekannt, daß die Seele durch Worte in eine andere wirket) Furcht und Traurigkeit wird durch Hoffnung und unschuldige Freude vertrieben. Doch dieses gehöret in die Theologie und Moral. Was aber die Medicin betrift, so ist sie nicht dabey zu verachten, denn wenn die Cur mit dem Körper nicht verständig angestellet, oder gar unterlassen, wird, so wird vielmals das Gemüth noch mehr verderbet. So erzehlet Forestus von einem jungen melancholischen Menschen, der seines erreichten Zwecks ohngeacht in Raserey verfallen. Dahero muß das Geblüte sonderlich verbessert werden, welches stets mit dem Gemüthe in Verwandschaft stehet. Alle zu sehr nahrhafte Speisen und Fische sind auszusetzen.

zen. Dafür ist leichte Kost und dünnes Getränke zu wählen. Wein ist Traurigen, nicht aber Rasenden, zu geben. Die Einsamkeit ist nicht allemal rathsam. Ein guter Freund, angestellte Reisen und das Land-Leben, sind wieder die Schwermuth keine geringen Mittel. Der seel. Platner rathet den Enthusiasten und andern, die an der Phantasie laboriren, vor allen die Verändrung des Orts und das Land-Leben. *) Baglivi gebiethet bey der Melancholie in entlegene Landschaften zu reisen, und in anmuthigen Oertern zu jagen. Celsus verlanget, daß diejenigen, welche mit der Unsinnigkeit behaftet, nicht nur in andere Gegenden gebracht werden, sondern auch nach diesen den Ort jährlich verändern sollen. Zu ordentlichen Curen recommendiren die Aerzte Selter- oder Eger-Brunnen mit Molken, und das Wasser-Trinken.

Ich will endlich noch ein Consilium von einem gewissen vornehmen Medico, dessen Bescheidenheit mir aber nicht erlaubet, seinen Namen dermalen kund zu machen, hersetzen, welches einiges besser erkläret. Es berichten aber gewisse Aeltern aus guter Familie folgendes: P. P.

> Unsere andre Tochter von 16. Jahren befindet sich zu unsrer grösten Betrübniß in Umständen, worinnen wir uns nicht rathen können. Schon einige Zeit daher haben wir etwas tiefsinniges bey ihr gemerket, und man muß ihr eine Sache oft sagen, ehe sie es verstehet,

*) vid. Pr. de morbo ἐνθουσιαζόντων καὶ ἐνεργουμένων, Lipſ. 1732. conf. et eiusd. Pr. elegantiſſ. Medicos de inſanis et furioſis audiendos eſſe, 1740.

stehet, auch bey Tische sitzet sie öfters mit starren Augen, und isset wenig. Hierbey siehet sie sehr elend aus, welches sich täglich verschlimmert, die jüngste Tochter hat ihr vielmals die Thränen in den Augen stehen sehen. Sie hat keine Noth bey uns, wie sie es selbst wissen, und wenn wir sie haben vorgehabt, so hat sie über Kopfweh geklaget. Es ist neulich eine Heyrath zurückegegangen, worein sie aber selbst nicht willigen wollen, wir können uns also nicht einbilden, daß dieses die Ursache wäre. Und jetzo hat sie ein gewisser Pfarr verlanget, den sie sehr wohl kennen, wir wollen aber nicht gerne darein consentiren, doch scheinet das Mädgen nicht ungeneigt darzu zu seyn. Jetzo aber hat sich so wohl Geschwulst in Beinen, als grosser Kopfschmerz, gefunden, welches wir einer gewissen Ursache zuschreiben, das schlimmste aber ist, daß sie nichts einnehmen will, und ist ihr alles zuwieder. Es hat jemand hierzu das Ziegen-Molken gerathen, und wenn es nur etwas besser würde, so wollten wir sie mit aufs Land nehmen; wollen aber zuvor hören, was sie hierzu sagen, und wie dem Uebel abzuhelfen, und vor was sie es eigentlich halten, rc.

Hierauf berichtet der Medicus folgendes: Die Umstände ihrer lieben Tochter sind mir selbst nahe gegangen. Mir scheinet das Gemüthe nicht richtig zu seyn, doch giebt eines dem andern Ursache. Vor allen thun sie ihr wegen des H. M. welchen ich vor einen vernünftigen Mann halte, Versprechun-

chungen, vielleicht wird das Gemüthe ermuntert. Was ich hier an Arztneyen überschicke, soll die Geschwulst und Schmerzen lindern. Sie thun gar wohl, wenn sie dieselbe jetzo mit aufs Land nehmen, nur belieben sie öfters etwas Schaafgarbe in Molken absieden und früh mit oder statt des Thees trinken zu lassen. Vor Milch-Sachen aber muß sie sich zur Zeit hüten. Mit dem Aderlassen wollen wir sie auch noch verschonen, aber das wird einigen Nutzen schaffen, so bald sich die Geschwulst gesetzet, Abends ein Fußbad aus Asche und einigen Kräutern zu brauchen, doch muß sie sich hierauf vor Erkältung hüten. Angenehme Motionen anzustellen ist auf dem Lande sehr bequem, doch sähe ich nicht gerne, daß man sie immer alleine liese, finden sie in 14. Tagen Lindrung, so können sie, da dieselben ohnedem den Egerischen-Brunnen trinken, gleiche Cur mit ihr anfangen lassen, und da kann sie zuweilen etwas Milch mit Thee nehmen. Zuvor aber geben sie ihr ein Laxatif aus Rhabarbar, wie sie dergleichen schon wissen. Ich hoffe und wünsche auch binnen der Zeit merkliche Beßerung, rc.

Fluß- und Glieder-Krankheiten nebst dem Podagra

nd eine Freundschaft, und wir können sie gar füg- ch zusammen nehmen. Denn sie haben insgemein st einerley Ursachen, und daher auch gleiche Cur, othig. Nur müssen jene aus ihren Wirkungen kannt, und bey dieser die Umstände des Patienten

ten wohl erwogen werden. Sie richten sich auch insgesamt nach dem Wetter, und lassen sich im Früh-Jahr und Herbst am heftigsten merken. Die Raison, daß diese Krankheiten schwer zu vertreiben, ist, weil die Natur auf diese Art selbst, was ihr entgegen stehet, wegschaffen will, und man ihr nicht allemal mit guten Glück wiederstehen darf. Dahero haben wir Exempel genug, daß viele von diesen zurückgetriebnen Krankheiten plötzlich an Schlag- Steck-Flüssen und Fiebern gestorben. Thorheit ist es, wenn einige diese Uebel mit ihren Arcanis brechen, und die Natur in einen Moment auf einen andern Weg führen, wollen. Ja letzthin soll gar ein Podagrist durch ein geheimes Ding aus dem Fegefeuer seyn erlöset worden. Wie hoch ist nicht die Kunst zu unsern Zeiten gestiegen!

Flüsse werden insgemein zum Haupte getrieben. Daher denn böse Augen, Ohren- und Zahn-Weh, wechselnder Kopf-Schmerz, entstehen. Was die Glieder-Krankheiten anbelanget, so sind solche theils Krampf-Zuckungen in gewissen Gliedern, welche man unter dem Namen der laufenden Gicht beleget, theils setzen sie sich an gewisse Oerter feste, daher denn Chiragra, Gonagra, Hüft-Weh, Rücken-Reisen, und Podagra, erfolgen, welches letztere sein Logis nicht gerne verändert.

Wir wollen uns hier mit einer genauen Untersuchung dieser Krankheiten nicht aufhalten, die sehr vielfältig seyn können. Gewiß ist es, daß der Grund hierzu eine verderbte Lebens-Art, welche vor allen mit Klugheit muß verbessert werden, wenn man eine andre Gesundheit will erhalten. Zu verwundern

wundern ist es, daß die Luft an gewißen Oertern selbst eine Ursache zu diesen Krankheiten wird, wie denn Aurelianus berichtet, daß die Einwohner in Carien, so man jezt Lango nennet, und in Alexandrien, desgleichen, wie Mercurialis bemerket, zu Constantinopel und in Nieder-Landen sonderlich mit Glieder-Schmerzen überfallen würden. Dagegen soll man in ganz Persien keinen Podagristen finden.

Was das Podagra insonderheit betrift, so scheinet die Erzeigung der Materiae peccantis ziemlich mit dem Stein überein zu kommen, und wäre leichter zu heben, wenn nicht die Bänder der Glieder, Spann-Adern und Drüsen, angegriffen wären. Zur Verwahrung kann man öfters die Füsse reiben laßen, welches die Ausdünstung fördert, und die Glieder stärket. Auch dienet zuweilen das Schröpfen an dem Ort, wo der Schmerz gewöhnlich einkehret. Man kann es auch mit folgenden Bad versuchen, welches Graf Ludwig zu Königstein aller 14. Tage gebraucht haben soll.

Man nimmt Wein-Reben-Asche, Salz, jedes 2. Hände voll, gießet etwas warm Waßer drauf, und endlich ½ Kanne guten Wein, läßet eine Zeitlang die Füße wohl begießen und reiben.

Dieses sind aber alles nur Praeservatif-Curen, denn wenn das Podagra wirklich eintritt, so ist nicht viel damit zu künsteln. Es vertritt öfters die Stelle des Arztes, und solche Leute sind mehrentheils vom andern Krankheiten befreyet, können auch alt werden: dahero pfleget es an keinem Ort sonst einzukehren, als wo es gute Wartung findet. Kommt

der güldne Ader-Fluß darzu, so muß man ohnedem eins von beyden behalten, denn sie sind so complaisant, daß eins dem andern weichet.

Sollen diese Kranheiten gründlich gehoben werden, so muß die Natur auch gründlich verbeßert werden, und zwar zu der Zeit, wenn man den Feind nicht merket, und mit sichern und kräftigen, obschon schlechten, Mitteln. In Fluß-Krankheiten erweiset das Aachner und Karls-Bad besondere Dienste, und kann weit sichrer, als in Glieder-Schmerzen, gerathen werden.

Eine gründliche Verbeßrung der Natur geschiehet durch eine verbeßerte und veränderte Lebens-Art. Hier dienet das Land-Leben auf mancherley Art. Merkwürdig ist es, weil man es ohnedem nicht so gnau bemerket hat, daß Vornehme Personen, so lange sie sich auf ihren Land-Güthern aufgehalten, wenig, oder nichts, von dieser Krankheit gemerket, die sie gar bald in der Stadt angetroffen. Deodosius Priscianus preiset die Veränderung der Luft in allen Glieder-Krankheiten mit vielem Lobe an, welcher zugleich eine gute Gemüths-Ruhe zu statten kommet. Auf dergleichen natürliche Heils-Mittel sollte man wohl ein wenig beßer Achtung geben, weil sie die Kunst nicht unterdrücken, sondern mehr erheben. Auch sind zuweilen lange Reisen mit großen Nutzen anzustellen, weil man wenig Exempel hat, daß Leute, die öfters reisen, von dergleichen Krankheiten angefallen werden. Galen lobet gute Motionen, welche das Podagra ganz gewiß verhinderten, und Meyer in s. Tr. de arthritide versichert, daß es das beste Praeservatis

servatif sey, wöchentlich zweymal nüchtern bis zur grösten Heftigkeit des Schweises Leibes-Bewegung zu brauchen. Ja Alpinus bezeuget, daß in dem Podagra, wenn sich auch schon Hitze in Füßen gemeldet, starkes Gehen über gebirgische und ungleiche Oerter die Krankheit oft noch selbigen Tag resolviret, wovon er nicht eine, sondern vielfältige, Erfahrung habe. Ohne Motion, so urtheilet der große Arzt Boerhaave, wird das Podagra wohl niemals gehoben werden. Eine Zeitlang Pyrmonter- und Schwalbacher Brunnen dabey getrunken, befördert ebenfalls den Nutzen. Der Wein ist nicht gänzlich, sondern nur währenden Paroxysmi, zu verbieten. Verschiedene Thee-Tränke aus kräftigen Kräutern sind nicht zu verachten. Vesalius bezeuget, daß der große Monarch, Kayser Karl der 5te, durch einen Thee von Gamanderlein in einiger Zeit völlig von dem Podagra befreyet worden. Durch eine geringe Kost, so versichert selbst Hieronymus in lib. adu. Iouian. sind viele von Podagra und Glieder-Schmerz genesen. Schenke, Sennert und Hermann von der Heiden, allerseits drey berühmte Medici, erzehlen, daß einige, die vorher am Podagra laboriret, par fatalité den Wein mit Waßer verwechseln müßen, und dadurch zur Gesundheit gekommen. Bruyerinus, des Königs in Frankreich Franciscus 1. Leib-Arzt, versichert, daß das Waßer in dieser Herren-Krankheit statt des Weins augenscheinlichen Nutzen erweise, und so soll ein gewißer Cardinal, nach des Martianus Bericht, damit völlig sein Podagra vertrieben haben. Auch äuserlich leistet das Waßer, nach Umständen,

gute Dienste, denn warme Bäder sind nicht allemal zu rathen. Diesen Krankheiten kann man im Frühling und Sommer sehr stark vorkommen, ehe sie sich im Herbst einstellen.

Was die Milch-Cur betrift, welche schon die Alten in diesen Krankheiten gerühmet haben, so ist zu unsern Zeiten etwas behutsamer damit zu verfahren. Man muß sie nicht verwerfen, sondern nach den jetzigen Lebens-Arten die Umstände eines jeden Patienten sehr genau untersuchen, und darum ist auch die Arztney-Erfahrung zu unsern Zeiten viel höher gestiegen, die Cur selbst mit Vorsichtigkeit anfangen, und die Cautelen, die ich oben gegeben, hier wohl in Acht nehmen. Hagern Personen bekommt sie am besten, und dahero verdienet sie, nach Beschaffenheit der Krankheit, ihr würdiges Lob. Ich kann nicht umhin, nur ein Zeugniß des berühmten Dolaeus aus s. Cent. Obs. med. cur. Obs. I. hierüber anzuführen. „ Die Cur mit dem Podagra bestehet vornämlich in Fortleitung des stockenden und Verbeßrung des verderbten Geblüts. Dieses geschiehet am besten durch versüßende und die scharfen Particulgen lindernde Sachen, daher die Milch-Cur in diesem Fall sehr oft vielen Nutzen schaffet. Dadurch ist nebst wohlgehaltner Diaet der Hochw. Bischoff von Wallendorf, welcher von den anhaltenden Schmerzen des Podagra gleichsam contract worden, wiederum zur Gesundheit gekommen. Desgleichen ist H. Zielfelder, ein Apotheker zu Caßel, nachdem er die Milch mit Thee getrunken, schon 2. Jahr vom Podagra befreyt geblieben, da er doch sonst jährlich 3mal davon angefallen

gefallen wurde. Drey Adeliche aus Frankreich, welche sich der Religion wegen im Haag aufhalten, haben sich durch Gebrauch der Milch vom Podagra völlig gesichert, daß sie recht gesund leben, und zur Verwahrung nur früh und 4 Stunden nach Tische jedesmal 6. Unzen warme Milch nehmen. „

Aeuserlich erweiset ebenfalls die Milch ihren Nutzen, wenn man auch den innerlichen Gebrauch derselben unterlaßen wollte. Ein gewißer Podagrist ließ in dem heftigsten Schmerz eine Ziege vors Bette bringen, und die Milch so gleich auf den schmerzenden Ort melken, welches ihm ungemeine Lindrung verschaffte, wie sich denn die vornehmsten Türken dieses Mittels, nach Lusitanus Bericht, sehr stark bedienen sollen. Ich habe oben schon angeführet, daß eine gewiße Dame in Glieder-Schmerzen auf ihrem Land-Guth Milch-Bäder, und sonderlich sauer Molken, mit guten Nutzen gebrauchet, welche Maladie aber, so bald sie in die Stadt kam, wiedrum zu wüten angefangen, worzu die Gemüths-Beunruhigungen, weil sie Proceße führte, nicht wenig mögen beygetragen haben.

Engbrüstigkeit *)

gehöret mit zu denen Krankheiten, wo die zwo grösten Heils-Mittel des gesunden Land-Lebens,

 Motion

*) Wenn der Durchgang des Bluts durch die Lunge gehindert wird, welches theils durch die verletzte Lunge selbst, theils durch die unter der Brust von den Rippen her überzwerch gespannte Haut geschehen kann, so wird die Krankheit Engbrüstigkeit genennet, welche sich durch mühsames Athemhohlen, Zischen

Motion und Verändrung der Luft, entweder die Cur allein auf sich nehmen, oder wenigstens die Genesung befördern. Hätten wir diese vergeßen, so

Zischen und Keichen auf der Brust, Angst und Beklemmung des Herzens, öfters auch beschwerlichen Husten und Furcht der Erstickung, offenbaret. Sie hat Grade, verschiedene Zufälle, und wird von unsern in der Arztney-Kunst Erfahrnen in asthma humidum et spasticum eingetheilet. Beyde haben unterschiedliche Ursachen. Dieses ist gefährlicher, als jenes. Das Merkmaal von dem erstern ist, wenn die Sprache girrend, jedoch klar, ist; bey dem letztren findet sich mühsames Reden und Zischen. Jener bekommt trockne, dieser aber feuchte, Luft, und, nach des H. Hofmanns Bemerkung, bey der letzteren sonderlich in Gegenden, wo Stein-Kohlen-Dämpfe aufsteigen. Motion soll niemals gleich nach Tische geschehen, weil dergleichen Personen zu der Zeit fast ersticken wollen. Gelindes Gehen wird inzwischen nichts schaden. Sonderlich tragen Leibes-Bewegungen vieles zu den Curen bey, welche man disfalls anstellet, z. E. mit Seydschützer-Brunnen, und die nicht reiten können, müßen sich starkes Gehen bedienen. Alles Bier ist währender Cur auszusetzen, degegen zuweilen etwas Aland-Wein vergönnet, und geringe Kost zu wählen. In asthmate humido hat vieles Toback-Rauchen einen nicht geringen Nutzen. Bouillet lobet die venetianische Seife in der Engbrüstigkeit und dem Podagra, vid. Elements de la Medecine Pratique, 2. Tom. p. 116. Ich führe dieses disfalls an, weil öfters Patienten über dergleichen Dinge Bedenken tragen, da sie hier sehen können, daß es ebenfalls Französische Manier ist, ob sich gleich diese Invention nicht von ihnen herschreibet. So ist auch nicht zu leugnen, daß diese Mittel gewiße Anzeigungen und Erfahrniße eines Medici brauchen.

so könnte man dem gesunden Land-Leben einen triftigen Mangel beymeßen. Unterdeßen aber wird es gnung seyn, wenn ich nur den großen Baglivi, einen so gelehrten, als erfahrnen, Medicum, hiervon reden laße. „ Denen, saget er, welche mit Engbrüstigkeit beschweret sind, bekommt kein beßres Mittel, als ein wohlgeordnetes Reiten, und das Land-Leben. Hier dienet gebirgische, Feld- und Meer-Luft. Nur muß die Luft, nach Beschaffenheit der Krankheit und des Patienten, auserlesen seyn. Ich gebe selbst einem engbrüstigen Kranken den Rath, daß er aufs Feld gehe und das Ackern versuche, oder doch den ganzen Tag hindurch dem Pfluge folge und über die frischgeackerten Furchen und Erd-Klöse steige, damit er stets frische Luft in sich schöpfe, welche, weil sie mit nitrischen Theilgen, so durch des Erd-Reichs innere Wärme generiret und concentriret, angefüllet ist, die schwächsten Lungen-Gefäße stärket, die zusammgesetzten Viscidataeten resolviret und durch der Natur bequeme Wege ausführet. Auf diese Weise werden alle engbrüstige Zufälle gehoben, und die Patienten vor neuen Anfällen gesichert, wenn sie nur dabey eine gehörige Diaet observiren. Es ist merkwürdig, daß ein gewißer Kranker der Engbrüstigkeit, welche sich gar zur Schwindsucht neigen wollen, wenn er nur eine kleine Ecke auf dem Meer geschiffet, und diese Luft in sich geschöpfet, von den gewaltsamen Paroxysmus frey und augenscheinlich beßer worden, wenn er aber wieder in seine erste Gegend gekommen, alsbald auch die vorigen Zufälle verspüret, und dieses hat er nicht ein-

 mal

mal, sondern sehr oft, angemerket. „ „ In unserer Nachbarschaft wißen wir ein curioses Exempel von einem Mann, der täglich mit einem heftigen Anfall der Engbrüstigkeit geplaget wurde. Nachdem er sich aber des Reitens bis zu starker Erhitzung bedienet, hat er durch den Husten rechte harte Stückgen, wie Steingen einer Erbsen groß, aus der Lunge geworfen, ist auch von diesem Uebel auf gewiße Zeit glücklich befreyet geblieben. In langweiligen trocknen und heftigen Husten, desgleichen Brust-Beschwerungen, sind, sezt er noch hinzu, gute Motionen das beste Mittel. „

Unsere lezte unter den Krankheiten, welche wir zum Beyspiel des gesunden Land-Lebens und der therapeutischen Wirkungen von denen darinnen eingeschloßnen Curen nur zu einiger Probe angeführet haben, ist endlich

der Stein.

Dieser aber ist unter den schwersten und empfindlichsten Krankheiten nicht die lezte. Jenes, weil der Stein so wohl als deßen Siz eine solche behutsame Cur von nöthen hat, daß, wenn man in dem ersten arbeitet, den lezten nicht verleze und Gelegenheit zu schmerzhaften Blut-Harnen erwecke, oder auch bey Nieren-Krankheiten so gleich auf Stein-Schmerzen curire, und mit dergleichen oftmals barbarischen Mitteln die Nieren und ihre damit verbundenen Gefäse in einen solchen zerrütteten Zustand seze, der die vornehmste Gelegenheit an die Hand giebt, den Stein zu erzeugen, deßen

Erzeu-

Erzeugnng zu unterhalten, und hieraus ein eingewurzeltes und fast unerhebliches Uebel zu machen. Dieses haben alte und aufmerksame Practici sehr oft angemerket. Unter denen empfindlichsten Krankheiten ist der Stein, weil er endlich durch die zärtlichsten Wege der Natur fortgehet, oder sich nach ungeschickten Mitteln wohl aus den Nieren treiben läßt, aber als denn desto fester in der Blase setzt, deren Cur endlich weiter kein Mittel, als den Schnitt, zuläßet.

Ob aller Stein zu curiren sey? ist eine Frage, die weder ich, noch andere, allen werden recht beantworten können. Findet man auf Seiten des Medici Erfahrung und Geschicklichkeit, und dagegen der Medicus bey den Patienten eine Gedult, welche der Krankheit gemäß gnung ist, so würde man diese Fragen ohne Zweifel nicht aufwerfen dürfen. Die vielen und unzulänglichen Curen kommen mehrentheils von den verschiedenen Begriffen her, die man von den Ursachen des Stein-Schmerzes hat. Man confundiret insgemein die mittelbaren mit den unmittelbaren, und dahero hebet man jene, und läßet diese desto mehr überhand nehmen, und weiß sich am Ende weder zu rathen, noch zu helfen. Wenn harte Waßer, der zarte Mühlstein-Staub in Brode, das erdigte Wesen in käsigen Speisen, caussam proximam stabilirten, so müsten die Bauern am meisten von dergleichen Schmerzen wißen. Diese sind aber in wirklichen Stein als caussae occasionales zu meiden. Wenn der Stein aus der Vollblüthigkeit seinen Ursprung nehmen müste, so würden junge Leute, die am vollblüthigsten sind, am

meisten von diesem Schmerz gedrücket werden, die ihn aber selten erfahren. Jedoch ist eine Correction des Bluts, nach Befinden, auch mit einer Aderlaße nicht zu versäumen. Noch einige, welche von Geistern beseßen, haben gewiße Spiritus gorgonicos angemeldet. Die Gelegenheit zum Ursprung des Steins kann überdieses sehr vielfältig seyn. Den Ursprung selbst aber wollen wir bald andeuten. Sonderlich können diejenigen, welche in den besten Jahren am meisten wieder die Nieren peccirет, den Stein in angehenden Alter gewiß vor ihren Verräther halten. Eine commode, oder mit Studiren sehr beschäftigte, Lebens Art, sonderlich bey cholerischen Personen, kann nicht wenig hierzu beytragen. Oefters finden sich auch arthritische Zufälle mit ein, als Reissen in Rücken, und Lenden, woraus man gar den Lenden-Stein gemacht hat, die aber auch den Stein nicht allemal anzeigen. Die Gesundheits-Gelehrten haben bemerket, daß sich Steine nicht nur in Nieren, sondern auch andern Theilen des Leibes, setzen, wie viele Zergliederungen gewiesen. Dem berühmten Hofmann ist ein besondrer Casus vorgefallen, da ein gewißer Herr von Adel, welcher vom Stein incommodiret gewesen, die Wittrung just vorher sagen können. Der heftigste Schmerz zeigte allemal Mitternachts-Winde und ungestümes Wetter an. Remittirte aber derselbe, so folgten feuchte und Mittags Winde. Woraus sattsam zu erkennen, setzt er hinzu, was die Luft in unsern Körper vor Gewalt haben müße, weil sie von den Winden verändert auch mit Verändrung den Körper alteriret.

Die

Die näheste Ursache des Steins entstehet aus Urin und Galle. Dieses zeigen besondere Untersuchungen der Steine, welche da fortgehen und sich bey jeden Patienten in etwas unterscheiden. Das Microscopium entdecket hier vielfältige Farben. Die Zeit, wenn sich der Stein am meisten erzeuget, kann man ohngefehr bestimmen, wenn in den völligen Manns-Jahren ein cholerisches Temperament zum höchsten Grad steiget, oder ein sanguinisches sich zur Verändrung in dieses neiget, oder auch bey übermäsig fetten Personen die Absondrungen des Waßers aus dem Blut sehr verhalten werden. Bey diesen hat man die Schmerzen nicht so heftig, und die Steine nicht so compact, als bey jenen, gefunden. Die wesentlichen Theile des Steins sind etwas tartarisches vom Urin und etwas stark viscidioeses der Galle. Wie sich dieses zusammen verhält, so beweiset sich auch ihr Productum, der Stein. Diesen kann man sich aus vielen Kennzeichen begreiflich machen. Nur muß man bey der Cur die Nieren, die Quelle des Steines selbst, und eine gute Verbeßrung des Körpers, nicht vergeßen. Ein großes Theil der Gelegenheit zum Stein kann verhütet werden, wenn man in schlafen sich nicht angewöhnet auf den Rücken zu legen, weil die Nieren durch stärkern Trieb des Geblüts zu sehr erwärmet, und das Waßer bey dieser Disposition nicht wohl kann in die Blase geleitet werden.

Nunmehro muß ich nothwendig auch von den Mitteln reden, welche diese Krankheit erfordert. Was die Haupt-Cur anbetrift, die muß man einem Medico ins besondre überlaßen, welche auf gewißen

wißen Umständen beruhet. Von andern Sachen aber, deren man sich gemeiniglich zur Praeservation bedienet, ist wohl nöthig mit Aufrichtigkeit etwas anzuzeigen, weil man nicht wenig Schaden damit zu stiften pfleget.

Dahero rede ich nicht von den vielen Arcanis, die den Stein auf einmal vertreiben sollen, denn mit diesen ist es mehrentheils Wind, dadurch wird kein Stein beweget. Auch mag man sich hüten in Hände zu gerathen, welche den Stein auf einmal treiben wollen, ehe sie ihn dazu geschickt gemacht, denn diese spannen die Pferde hinter den Wagen. Das ist die vornehmste Ursache des Blasen-Steins, da man erst recht den Schmerz erfähret. Wenigstens können die Nieren auf eine unverbeßerliche Art verletzet werden. Hier ist also bey den Patienten eine vernünftige Gedult nöthig, und wenn eine Verwahrungs-Cur geschickt angestellet wird, so kann sie eine Heils-Cur werden, und den Schmerz ohne Schmerz vertreiben. Das ist keine bloße Theorie, sondern Erfahrung, vieler geübten Practicorum, und jeder kann es mit Vernunft begreifen. Die einfältigsten Mittel sind die sichersten und gewißesten. Nur muß damit angehalten werden. In England hat man ohnlängst viel Rühmens von einem Medicament aus venetianischer Seife gemacht, und dieses mit Grunde, wiewohl die Kapuciner die Seife in Wein solviret schon längst vor den Stein sollen gebrauchet haben. In den Ephem. Nat. Cur. wird der Knobloch zu Reinigung der Nieren besonders gelobet. Die Lappländer bedienen sich, statt des Koffee, eines Tranks

von

on Wacholderbeeren, und wißen disfalls nichts on Stein-Schmerzen. Thee von Heiter-Nesseln getrunken hat seine sonderbaren Wirkungen. Ob nun gleich alle diese Mittel die Haupt-Cur nicht ausmachen, bey welcher man sonderlich auf die Umstände des Patienten und eine reelle Verbeßrung der Säfte regardiren muß, so kann man doch damit vielmals beßer zu rechte kommen, als mit balsamischen und gewißen Stein-Tincturen, welche gemeiniglich zu unrechter Zeit gebrauchet werden. Was ist aber von Gesund-Brunnen und Bädern hierbey zu halten? Wenn das Uebel sehr eingewurzelt, und die Nieren zernaget sind, wovon der Urin das Merkmaal giebt, so ist der Brunnen und das Bad, es mag heißen wie es will, auszusetzen. Aber in noch nicht veralteten Stein-Beschwerungen, und nach gewißen Anzeigungen, verbietet man Bäder, und sonderlich das Karls-Bad, ohne Raison. Man hört wohl Urtheile, doch seltsame. Der Weltberühmte Hofmann, ein Mann, der Erfahrung hatte, und deßen Consilium sich ehemals der gröste Herr in Deutschland gefallen laßen, hat es ungemein gelobet, und der so gelehrte als berühmte H. D. Schacher in Leipzig in einer Diß. *) mit den tüchtigsten Gründen und remarquabeln Exempeln den weitern Nutzen bewiesen. Nur ist zu bedauern, daß die Herren Bade-Gäste gemeiniglich eine gute Vorbereitung und behöriges Verhalten bey der Cur vergeßen. Wer den Stein ein-

*) de Therm. Carol. vſu in renum et Veſicae calculo. 1711.

einmal merkt, der ist ein Patiente, wenn er auch öfters keinen Schmerz empfinden sollte. Aber da ist es eben die bequemste Zeit den Feind unversehens zu dämpfen. Denn wenn der Schmerz wirklich eintritt, so ist damit so wenig, als mit dem Podagra, zu künsteln. Prophylactische Curen und ausserdem noch eine gute Diaet sind wirkliche Genes-Mittel. Boerhaave rathet im May-Monat so viel Molken zu trinken, daß man davon ganz schwach würde. Desgleichen sind Milch-Bäder, nach Umständen, wohl zu brauchen. Zur Verbeßrung der Galle ist gute Motion, Fahren und Reiten das rechte Specificum. In wirklichen Schmerz aber kommt man damit zu späte, bis es wiederum besondere Umstände verlangen. Weil sich dergleichen Patienten vor heftigen Gemüths-Bewegungen zu hüten haben, so recommendiret sich auf einige Zeit billig das Land-Leben. Denn die Verändrung der Luft ist gleichfalls nicht sonder Nutzen, weil sie beständig in Körper würket. Man giebt es derselben nicht wenig Schuld, daß in Holland und den Niederlanden Stein-Beschwerungen so gemein sind, daher auch die geschicktesten Operateurs daselbst anzutreffen. Die Milch-Cur hingegen will nicht wohl paßiren. Desto beßer verhält sich das so oft belobte Molcken. Alle hefige Geträнke, schlechte Weine, fette, sauere und käsige Speisen sind auszusetzen. Dagegen dienen gute Geleen, der Haber-Trank, und verschiedene einfältige Species zu Theen, z. E. Petersilie, Althee-Wurzel, verschiedne Saamen, sonderlich mit Honig getrunken. Der gelehrte H. D. Tralles in Breßlau rühmet das Wasser,

er, welches ich aus des H. D. Hahns geb. S. anführe, folgender maßen: Es ist kaum zu sagen, was das frische Waßer thun kann, als welches nicht nur diluiret, verdinnet, die dicken Feuchtigkeiten ausspület, sondern auch die zu den Nieren gehörigen und mit ihnen verbundenen Gefäße, wenn sie schlaff worden, stärket. Die Waßertrinker bekommen selten den Stein. Es ist kein fürtreflicher Mittel sich dawieder zu praeserviren, als früh und Abends einen Trunk Waßer zu trinken, nach dem Urtheil des berühmten Harris. „

Alles dieses, was ich unvollkommen hier entworfen habe, will ich mit einem kurzen Auszug aus des großen Medici unsrer Zeiten, H. Boerhaave, s. Prael. de calculo, die zu London 1740. herausgekommen, und auch s. Consult. angehänget sind, vollkomner machen. Es sind viele Patienten, welche in Krankheiten eins und das andre wißen wollen, und darauf habe ich besonders bey allen diesen bisher angeführten Krankheiten gesehen, und zwar so, daß man zu weitern Nachdenken kommen, und die Curen geschickter Aerzte nicht verderben, sondern mehr befördern, möge.

H. Boerhaave
Von Stein-Schmerz.

Aller Stein nimmt seinen Ursprung aus den Feuchtigkeiten im Leibe, jedoch wird er nicht wieder in dieselben verändert. Galle und Urin sind des Steins wahre Elemente. Die Steine werden in den Nieren formiret, und

wachsen

wachsen ohne einem andern Körper. Daselbst werden sie auch so mürbe gemacht und zertheilet, daß sie frey in die Blase paßiren können. In der Blase leget sich der Stein niemals auf solche Art, wie in einem Urin-Glaß, an. Der Blasen-Stein wird entweder aus dem Nieren-Stein, oder es sammlet sich ein Körper zu dem andern. Wenn aber nur die geringste Verstopfung in gewißen Wasser-Gängen ist, müßen dieselben immer grösser werden. Sehr vieles träget hierzu bey, wenn sonderlich die Leibes-Fettigkeit die Nieren allzustark zusammen drücket. Wie wunderbar ist die Weißheit Gottes! welche deswegen nicht gewollt hat, daß in den Nieren selbst Fett seyn sollte, auser in ihrem Schoos, (wodurch das Wasser aus den Nieren zu der Blase und den Röhren geleitet wird,) damit die Schärfe des Urins dieselben nicht verletze. In allen fetten Körpern ist observiret worden, daß die Nieren am magersten sind. Wenn sich aber die Fettigkeit unter den Nieren zustark einsetzet, so verschlüßet sie die Schoos. Dadurch wird der Urin verhalten. Hieraus erhellet der Nutzen von Leibes-Bewegungen. Das Sitzen nach Tische ist eine fruchtbare Mutter des Steins, sonderlich bey gesetzten Personen.

In der Verwahrungs-Cur des Steins ist alles, was sehr unverdaulich ist, zu meiden. Hier dienen leichte Speisen und Garten-Gewächse, Endivien, Kerbel, Spinat, Scorzoner-Wurzel, Hind-

indläuft, Hollunderblüthen, u. d. g. Dieses
nd die vornehmsten Dinge, welche den Stein ver-
ndern, und den Weg erleichtern, wenn derselbe
us den Nieren in die Blase gehet. Wird 2. Mo-
ate damit angehalten, so soll der Nutzen zu ver-
undern seyn. Erdbeere, Kirschen, Hollunder-
nd Hindbeere, führen das Waßer und reinigen die
lieren. Im May, wenn das Graß einmal ab-
ehauen, Molken getrunken, erwecket einen gelin-
en Durchlauf, welches eine prophylactische Stein-
ur ist. Süßeholz in Molken gekocht zeiget seine
ffecte. Alle Monate ist ein Laxatif aus Manna,
elches man ebenfalls in Molken auflösen kann,
nehmen. Gute Motion verhindert die Fettig-
eit. Sonderlich ist Spatzierengehen früh, nach ge-
ommenen Thee, sehr dienlich, dabey kann öfters die
egend, wo die Nieren liegen, gerieben werden.
ier kann man sich 5. Stück von folgenden Pillen
dienen. Dieses geschiehet zu dem Ende, damit
e Elemente des Steins nicht zusammen gehen, oder
ßer zerlöset werden.

℞. croci ʒj.
rhei ʒß.
Succ. glycirrh. ʒij.
tereb. liqu. ʒj.
M. f. pil. gr. IV.

In der Haupt-Cur des Nieren-Steins
nd die Wege der Natur durch leichte Speisen, aus
abergrütze, Gersten-Graupen, gebacknen Obst
nd Garten-Gewächsen, gelinde zu machen. Alles,
as sonst in dem Körper vorgehet, muß zu der Zeit

wieder deßen Verrichtungen geschehen. Da dienen gute Brühen, Ruhe des Leibes und mäßiges Aderlaßen. Zur Zeit des May-Monats kann man zum Getränke Molken und etwas Mosler-Wein, auch dinnes Bier, das wenig Hopfen hat, erwählen. Ferner sind lindernde Tränke aus Pappeln, Königskerzen, Zibeben, Süßholz, Lein-Saamen und dgl. nüchtern etliche Unzen Mandel-Oel bey guter Motion und Reiben um die Gegend der Nieren zu nehmen. Doch muß man die Nieren nur mäßig erwärmen, damit das Schwitzen verhindert werde, und das Oel desto beßer in dieselben wirken könne. Bäder, Bäyungen, Clistire aus erweichenden Sachen, sind nicht zu vergeßen. Alsdenn sollen wir den Stein in die Wege führen, wodurch er gehet, und die mit vorhergehenden Dingen darzu geschickt gemacht worden. Da dienet das Fahren in Kutschen, oder das Reiten. Und darnach muß man Sachen brauchen, welche den Urin treiben. Dieses sind die vornehmsten Hülfs-Mittel in Stein-Schmerzen. Wenn der Stein wircklich in der Röhre ist, so ruhet die Natur selbst nicht eher, bis er fortgetrieben. Da kommt man derselben mit voriger Diaet zu statten, und mit folgenden, welches ebenfalls, wenn der Stein in der Blase ist, zu observiren. Das intestinum rectum ist beständig durch ein Clistir aus Oel und Honig leer zu halten. Die Schoos mit Althee und Lein-Oel einzusalben. Man kann auch etwas von diesen Oelen in die Blase spritzen laßen.

In Stein-Beschwerungen und einem damit 2. Jahr lang verknüpften Blut-Laßen ertheilet Boerhaave

Boerhaave einem Herrn von Adel folgendes Consilium:

Schmerzhaftes Waßerlaßen zeiget nicht allemal den Stein in der Blase an, ob es schon öfters geschiehet, daß daselbst größrer Schmerz empfunden wird, da doch die näheste Ursache davon in den Nieren sitzet. Ich weiß kein sichres Hülfs-Mittel, als frisch Molken, worinnen etwas Kerbel gesotten, mit wenig reinem Honig. Dieses rathe ich solchen Kranken zum täglichen Getränke. Damit es aber nicht sauer werde, muß es allemal über den andern Tag frisch verfertiget werden. Unterdeßen wird ein Glas guter Sect bey Tische nicht schaden. Die Speisen sollen meistens aus Küchen-Kräutern bestehen. Motion je mäsiger und öftrer, je beßer. Heftige aber ist zu wiederrathen, damit das Blutlaßen nicht erwecket werde. Wegen des Spaa-Waßers bin ich der Meynung, daß es den Stein, wenn er nicht eingewurzelt, öfters ganz glücklich abtreibe. Bey großen Stein-Beschwerungen aber greift es die Nieren an, und treibt den Stein zu stark in die Harn-Gänge, da denn der Weg zu dem Waßerlaßen verschloßen wird. Auf diese Art haben unvorsichtige Medici vielen die andre Welt sehen laßen. Dahero halte ich dafür, daß dieses gänzlich auszusetzen, außer, wenn ich zuvor versichert bin, ob der Stein so beschaffen sey, daß er durch die gewöhnlichen Gänge könne geführet werden, oder nicht? Wel-

ches aber gnau zu wißen, nicht allemal so leicht ist.

* * *

Jeder wird nunmehro leicht erkennen, daß ich mit dem angenehmen Kleide des Land=Lebens sonderlich die allegemein nutzbare Materie von dem guten Verhalten bey noch gesunden Tagen umhüllet hatte. Findet Jemand etwas zu seinem Nutzen, der hat solches der so heilsamen Arztney=Kunst, und besonders ihrem Stifter, die Fehler aber mir, beyzumeßen. Ich erkenne die Unvollkommenheit dieser Schrift mehr als zu wohl, sonderlich da noch Haupt Materien rückständig sind, welche zwar eigentlich zu dem gesunden Land=Leben nicht gehören, jedoch vornämlich zu einem gesunden Leben überhaupt wohl verdienen, nach Beschaffenheit unsrer Zeiten, ins Licht gesetzet zu werden. Vielleicht finden sie stärkere Arztney=Erfahrne, da ich ohnedem überzeuget bin, daß ein anderer Medicus eben das, und wohl noch mehr, sagen können, als ich gethan habe. Alle redliche Aerzte setzen die Gesundheit zum Ziel ihrer Beschäftigungen, und in so weit harmoniren sie auch mit einander. Zu diesen habe ich das Vertrauen, sie werden mein schwaches Bemühen mit ihrem gründlichen Rath unterstützen. Es kann seyn, daß ich einigen, welche ihre Gesundheit in anderer Leuten Krankheiten suchen, eben keinen sonderlichen Gefallen gethan habe. Doch habe ich mich auf alle Art gehütet, in das besondre Amt eines Practici zu greifen, und dahero werden sie noch zu thun gnung finden, weil sich das Gu-

te

e nicht so leicht ausbreitet. Kein Stand wird
nehr angefochten, als worinnen die Aerzte ste-
en, so wohl mit Urtheilen, als empyrischen
Wesen. Man hat also wohl Ursache, Irrthümer,
ie doch denen Kranken am meisten nachtheilig sind,
u wiederlegen, und den Adel der Genesungs-Kunst,
e nicht nur Krankheiten vertreibet, sondern auch
erhütet, in ihrer Würde zu erhalten. Der grö-
e Held kann nicht vor die Bataille, kein Predi-
er vor die Seele, ein jeder nicht vor sein Glück,
nd der Medicus nicht vor das Leben, stehen. Ge-
ndheit ist das edelste, was wir unter den irrdi-
hen Güthern kennen, und ein gesundes Clima,
orunter ein Land stehet, gehöret billig unter die
orzüge göttlicher Wohlthaten. Derer genießet
it andern Schätzen besonders unser geliebtes Sach-
n, wo man zwar von Krankheiten, aber nicht
n gemeinen Landes-Krankheiten, höret. Und man
lte die Güte des Höchsten verschweigen? Wie!
enn die meisten Kröpfe an sich hätten, als in ver-
iedenen Gebieten der Schweitz, Kärnthen, Steyer-
ark und Siebenbürgen? Wie! wenn die Kinder
y uns viele Tage blind, als bey den Tartarn,
er an einem solchen Husten, der wohl des Tages
nmal mit ängstlicher Erstickung, zum grösten Jam-
er der Eltern, wie zu Paris, denen meisten dro-
t, liegen müsten? Wie! wenn beynahe der dritte
heil Menschen an der Schwindsucht, wie in Eng-
nd, verderben müsten? oder von Scorbut, wie
den Ländern an der Ost-See, und gegen Nor-
n, und an dem kalten Brand, wie in den mitter-
chtigen Gegenden, dahin fielen? Wie! wenn wir

U 3 von

von giftigen Spinnen, als in Apulien, gestochen, und von dem Stich mit Raserey geplaget, würden? oder wenn die Pest jährlich, wie zu Constantinopel, Cairo, Aleppo, und vielen andern Oertern, grassirte? oder auch wenn die meisten von ungesunden Wäßern, wie im Holsteinischen, den Tod in ihren besten Jahren fänden? Vieler anderer Vorrechte, nur in Ansehung der Gesundheit, zu geschweigen, da in unserm Vaterland eine Gegend mit der andern, wegen gesunden Waßers, reiner Luft, fruchtbaren Erd-Bodens, seine Güte zeiget, daß also ein recht gesundes Land-Leben überall in Sachsen seyn könnte. Und würde man sonst von Sächsischen Helden gehöret haben? Sollte man endlich die Gesetze, welche ein Herr des Landes zur Gesundheit des Landes gestellet, nicht glückseelig preisen? Die Arztney-Kunst würde sehr undankbar seyn, und also müste sie ihre Art verändern, wenn sie nicht die hohe Landes-Väterliche Vorsorge **Ihro Königlichen Majestät in Pohlen und Chur-Fürstl. Durchl. zu Sachsen, unsers allergnädigsten Herrns**, unter **Deroselben** hohen Schatten sie sonderlich auf zwo der berühmtesten Universitaeten floriret, mit der tiefsten Ehrfurcht zu deren Wachsthum aus unterthänigster Dankbarkeit verehren sollte; Ja es haben **Höchstgedachte Ihro Königl. Majestät** nicht nur vor kurzen allhier in Dreßden ein ungemein nutzbares collegium anatomico-chirurgicum mit sehr geschickten Männern anlegen, sondern auch vor einigen Monaten einen allgemeinen allergnädigsten Befehl zu Verbeßrung des Medicinal-Wesens in **Dero** Landen, zum Nu-

en der Unterthanen und kräftiger Beförderung der
rztney-Wißenschaften, ergehen zu laßen geruhet.
Daher muß wohl jeder im Lande diese so heilsame
Gesetze mit allerunterthänigsten Dank erkennen.
Jeder wird dahero mit mir aus tiefster Schuldig-
keit wünschen, und der Herr aller Landen wird
die zusammgesetzten eyfrigsten Wünsche bekräftigen:
Daß Ihro Königliche Majest. Majest. Bey-
derseits, und das ganze hohe Königliche
Hauß, die Krone unsers Landes, in ihrem
völligen Schmuck, welcher die Gesundheit,
als ein wichtiges Kleinod in sich faßet, zur
Zierde der Welt und zum Heil des Landes
allstets stehen mögen!

* * * * * * * * * * * * * * * *

Anhang
Von der
Diaet und dem Verhalten
zum langen Leben.

Die Pflicht der Aerzte gehet nicht nur dahin, die gegenwärtige Gesundheit zu erhalten, und den verderbten Zustand des Körpers zu verbeßern, sondern auch die Natur deßelben so zu verstärken, und bey ihren Kräften zu bewahren, daß das Ziel des Lebens, welches einem jeden nach dem Rath Gottes bestimmet, glücklich erreichet werde. Man hat den Aerzten schon längst vorgehalten, daß sie sich in einem so wichtigen Theil der Ge-

sundheits-Lehre gründlich bemühen möchten, und zu unsern Zeiten ist eine solche Menge dergleichen Schriften vorhanden, daß einer nothwendig lange leben müßte, wenn er alle durchlesen, und seine Lebens-Ordnung darnach einrichten, wollte. Man halte mir es zu gute, daß ich noch einen kleinen Anhang darzu mache; Wer weiter davon lesen will, dem recommendire ich vor allen andern des seel. **Hofmanns Anweis. wie sich ein Mensch vor den frühzeitigen Tod und allerhand Arten Krankheiten verwahren könne**, so von 1715. zu Halle in einigen Theilen herausgekommen. *) Bey diesen allen kommt es auf specielle Gesundheits-Regeln an, die nach eines jeden Temperament, Natur und Lebens-Art, accommodiret werden müßen. Hierbey muß einer am meisten sein eigner Medicus seyn, dahero wird jeder das, was ich hier in einer allgemeinen Vorschrift abfasse, nach seinem Zustand ins besondre zu prüfen wißen.

Zuvor aber müßen zwo Fragen wohl aus einander gesetzt und entschieden werden, wenn man sich ein Vertrauen zu diesem Gesundheits-Rath erwerben, und ihn glücklich anpreisen, will. Die Sache ist wichtig, denn wer wünschet sich nicht lange zu leben? Es fraget sich aber zuerst vornämlich:

Ob

*) L. Leßius, ein gel. Jesuit und Prof. zu Löwen, hat eine ganz feine Schrift unter dem Titel herausgegeben: Hygiasticon, s. vera ratio Valetudinis bonae et vitae vna c. sensuum, iudicii et memoriae integritate vsque ad extr. senect. conseruandae, aus dem ital. übersetzt, Antwerpen, 1614.

Ob man sein Leben verlängern könne, oder nicht?

Die Türken glauben das letzte, und verfallen daher in seltsame Meynungen. Doch dürfte ich nicht diese Nation zum Beyspiel eines unrichtigen Satzes anführen, weil es Leute gnung unter uns giebt, die eben ein absolut bestimmtes Ziel des Lebens glauben, und aus diesem Vorurtheil in Tag hinein leben, die Aerzte und Arztney-Mittel verachten, und übrigens solche Exceße ohne Bedenken begehen, die nicht wohl mit der Tugend bestehen.

Diese Frage könnte sehr weitläuftig ausgeführet, und dadurch nur aus der natürlichen Erkenntniß vielen andern Fragen ein Licht aufgestecket, werden, wenn wir uns nicht der Kürze befleisigen müsten. Der Grund beruhet darauf: Ob Gott das Ziel des Lebens absolute, oder conditionaliter, bestimmet? Ist es das erste, so kann der Mensch nichts, nach dem letztern aber das meiste, bey seinem Leben thun. Wenn wir überlegen, daß der Mensch, als ein natürlicher Mensch, durch den Verstand sich seiner Vernunft versichern, gutes und böses erkennen, und nach dem Willen eines von beyden erwehlen, kann, so finden wir eben in dem Entschluß, welchen der Mensch zu seinen Handlungen faßet, daß er sich selbst ein absolutes Gesetz mache, und darnach sein eigner Richter seyn müße. Wir bitten uns die Erlaubniß aus, nur etwas aus der allerheiligsten Offenbarung zum Beweis herzusetzen. Alle Gesetze in derselben sind an dem Menschen Bedingungs-Weise gestellet, welches Gott nicht wür-

de gethan haben, wenn nicht der Mensch nach seinem Verstande den Rath GOttes erkennen, und nach dieser Erkenntniß frey wählen, könnte. Langes Leben stehet unter denen göttlichen Verheißungen. Wer wird aber die Bedingungen dabey nicht wißen? So gewiß, als auch ein Heyde urtheilen würde: daß GOtt dem Adam ein Gesetz geben müßen, und dieser selbst Schuld an seinem Verderben sey; so gewiß, als das Evangelium, welches die Gnade GOttes verkündiget, sich niemand aufdringet, und daß die Vernunft den Glauben suchen dürfe; eben so gewiß kann der Mensch sein Leben erhalten, wenn er sich den göttlichen Gesetzen unterwirft; und warum wollte er dieses nicht thün, dadurch er doch glücklich werden könnte? Das gegenwärtige und zukünftige Leben hat Verheisung unter der Bedingung der GOttes-Furcht. Wie aber die ersten Aeltern die lustige Bewohnung des Paradieses gar bald verlaßen, und die meisten Israeliten den glücklichen Besitz des gelobten Landes entbehren, musten, so wird auch der Mensch, wenn er lebt, wie er will, kaum die Helfte seiner Jahre erreichen. Die Schrift unterrichtet uns, daß der Tod keine Folge der Natur, sondern der Sünde, sey; und wenn der Mensch sein Leben nicht bewahren könnte, würde GOtt Rechnung dafür fodern? Wirst du meiner Stimme gehorchen, läßet sich der höchste Gesetzgeber vernehmen, so sollen über dich kommen alle diese Seegen, worunter auch langes Leben stehet. Es lieget am Tage, daß eine unordentliche Lebens-Art die Quelle der meisten Krankheiten sey; doch werden diese zugleich unter göttlichen

chen Straf-Gerichten gefunden. *) GOtt hat
reylich nach seinem unbegreiflichen Rath zuvor ver-
ehen, wie lange, und wie weit, die Menschen auf
em ganzen Erd-Boden wohnen sollen; Allein ist
s nicht mehr Gnade, daß GOtt gewiße Gesetze
gegeben, unter deren Bedingung der Mensch das
Ziel seines Lebens, welches ihm der Schöpfer gestel-
et, erreichen könne? Alle unsre Gesundheit, Stär-
ke, und Anmuth des Lebens, haben wir der Güte
GOttes zuzuschreiben, welche uns unsern Ursprung
gegönnet. Und der Mensch, der wieder seinen
Schöpfer nicht nur zum Tode, sondern auch mit
dem Tode, sündiget, kann noch wegen seines Todes
mit GOtt expostuliren? Ist es nicht Gnade, da
uns, als Christen, ein Erbe, das nicht verwelket,
verheißen? Ist es nicht unbegreifliche Gnade, daß
die meisten bey ihrem Ende mehr Lust, als Schre-
ken, zum Sterben bekommen?

Ich zweifle nicht, Leser zu finden, die mir den
unverdienten Vorwurf machen werden, als ob ich
sie in der Theologie unterrichten wollte. Wenn sie
aber bedenken, daß wir alle sterben müßen, so wer-
den sie auch entschuldigen, daß ein Sterblicher den
andern

*) Krankheiten sind noch göttliche Wohlthaten. Jede Sünde gebähret den Tod. Krankheiten aber sind sehr oft noch Mittel die Sünde zu erkennen und den Tod, als die seeligste Verändrung, mehr zu wünschen, als zu scheuen. Wer mit Patienten umgeht, kann Erfahrung gnung davon bekommen. Es ist wohl zu merken: daß keine Krankheit von GOtt komme, er läßt sie zu, und zwar relatiue. Sie kommt aber absolute von Menschen. Hier wird die Liebe GOttes vielmals beleidiget.

andern lehret. Was das natürliche Leben der Menschen betrift, so werden die Aerzte mit ihrem Rath wenig ausrichten können, wenn man nicht zuvor einen festen Grund von dem Ursprung und Beschaffenheit des Lebens erhalten hat. Wie die Gottes-Gelehrten die Krankheiten der Seele aus den Handlungen des Körpers beurtheilen, und mehr als zu sehr klagen, daß, wenn der Leib am gesündesten sey, die Seele in ihrer grösten Schwachheit liege, so müßen auch die Aerzte das Leben des Körpers nach dem Leben der Seele ermeßen. Nur ist der Unterschied, daß die ersten das Leben der Seele ihrem Wesen nach, welches ohne dem Körper bestehet, besorgen, daher sie sich auch Seelen-Aerzte zu nennen pflegen, das Leben der Seele hingegen ihren Wirkungen nach, oder das Gemüth, welches mit dem Leben des Körpers aufhöret, müßen so wohl die Moralisten, als Aerzte, zu erhalten suchen.

Wenn wir also diesen Satz nach der Natur und aus der Vernunft, wie es vornämlich unser Zweck verlanget, zu erweisen suchen, worinnen uns die tägliche Erfahrung beystehet, so können wir die Harmonie der wesentlichen Theile des Menschen, die das Leben ausmachen, anders nicht, als conditionaliter, bestimmen. *) Bleibt das Gemüthe in einer ruhigen Verfaßung, und der Körper in seiner ordentlichen Bewegung, daß beyde Theile ohngehindert

*) Id, quod Medici de anima dicunt, per analogiam s. ratiocinium ex comparatione obseruatorum norunt. Si tibi iudicium medicum placet, dubito, an harmonia C. et A. dici possit? repugnat verbo et re, an magis commercium?

ndert ihre Gemeinschaft haben können, so ist zu
rmuthen, daß der Mensch ein gesundes Alter,
d sein Leben bis zu deßen bestimmten Ziel, mit
ergnügen erreichen werde. Allein, weil täglich
ieder diese Ordnung in Gemüths- und Leibes-
räften nach dermaliger Beschaffenheit unsers Le-
ns pecciret wird, ja die meisten durch eigene, oder
emde, Schuld ihr Leben gewaltsam- oder langsa-
er- Weise auf mancherley Art verkürzen, so ist
schlüßen, daß die wenigsten Menschen eines na-
rlichen Todes sterben, wie die Erfahrung annoch
trübt gnung bestätiget. Wir finden aber auch
ele, die durch eine gesittete und gesunde Lebens-
rt ein hohes und muntres Alter erreichet. Von
usend Exempeln nur eines anzuführen. Corna-
, ein Adlicher von Venedig, der sich meistentheils
Padua aufhielte, gerieth durch eine in der Ju-
nd unmäßig geführte Lebens-Art in solche Krank-
iten, wovon ihn auch die geschicktesten Aerzte
cht helfen konnten. Er wurde endlich sein eigner
edicus und fieng von 45. Jahre an eine solche
aue Diaet zu halten, daß er niemals über 12.
nzen Speise und 1 Nösel Wein zu sich genom-
en, wodurch er nicht nur zu seiner vorigen Ge-
ndheit, sondern auch zu einem hohen Alter, ge-
nmen, wie er selbst in einer Schrift *) erzeh-
, die er andern zum Exempel, und der Gesund-
t zum besten, hinterlaßen. Warum aber die we-
nigsten

*) Discorsi della Vita sobria, in Roma, 1616. wel-
cher Tr. vielmals in Lateinischen übersetzt, und
meines Wißens auch in Deutschen zu Leipzig he-
rausgekommen.

nigsten Menschen aniezo so alt werden, und das bestimmte Ende ihrer Jahre vermuthlich nicht erreichen? so beantwortet dieses der so oft angeführte Hofmann also: „ Es ist auser allen Zweifel, sagt er, daß die meisten das gesetzte Ziel ihres Lebens, welches ihnen die natürliche Beschaffenheit des Leibes verspricht, nicht erreichen, weil sie die Regeln, durch deren Beobachtung sie daßelbe natürlicher Weise erlangen könnten, entweder nicht wißen, oder nicht wißen wollen. „

Aus dem Beweiß, daß der Mensch sein Leben verlängern könne, folget der natürliche Schluß: daß dieses unter die heiligsten Pflichten gehöre, das Leben auf alle Art und Weise zu bewahren. Alles, was der Mensch hat, giebt er für sein Leben. Dahero muß man sich wohl wundern, warum die meisten die Gesundheit, als den besten Theil des Lebens, nicht beßer besorgen? Die Gesundheit muß doch etwas edles seyn, weil man sie unter alle Wünsche setzet. Ein Thier liebet sein Leben, und pfleget nichts zu nehmen, daß ihm könnte schädlich werden. Aus Krankheiten lernet man die Gesundheit am besten erkennen. Es ist bejammerns würdig, wenn ein junger Mensch, der sich selbst aufs Kranken-Bette gebracht hat, nun mit dem Tode ringen, und die Welt in der besten Blüthe seiner Jahre verlaßen, soll, welcher er vielleicht noch Nutzen geschaffet hätte; der empfindet den Tod wohl tausendmal vor dem Tode, und ich wünschte, daß viele dergleichen Exempel ansehen und zu Herzen nehmen möchten. Es ist nichts geringes, sein Leben

zu

verkürzen. Oder fehlet es etwa an Unterricht?
würde man vielen redlichen Aerzten Gewalt thun
üßen, die in alten und neuen Zeiten große Bü-
er davon geschrieben haben. Allein es gehet uns
er, wie den Predigern, welche sich der Klage:
er achtet unsrer Predigt? noch nicht entäusern
nnen. Oefters hat eine kleine Schrift das Glück,
it beßrer Aufmerksamkeit und Eindruck nützlicher
Wahrheiten gelesen zu werden, welches ich meinem
genwärtigen Anhang, und allen meinen Lesern die
esundheit, gönne. **Sollten dieses aber nicht
ellcicht die Lebens-Balsame, Gold-Tin-
uren, und andere beruffene Medicamente,
isrichten?**

Haben je in einer Sache der Gesundheit Mey-
ngen überhand genommen, die mit schädlichen
orurtheilen zum Nachtheil des Lebens verknüpfet
erden, so ist es gewiß in dieser; Denn, wer ein
ch Mittel braucht, das zum langen Leben dienen
l, der bildet sich ein, er möge übrigens leben,
e er wolle. Es gehöret mehr zur Gesundheit,
s Medicin, zu brauchen. Andere wollen durch
rgleichen Arztney, als einem Wunderwerk, in ei-
m Augenblick die viele Jahre nach einander rui-
rte Gesundheit ersetzen, und noch dazu sehr alt
erden, welche man mit Recht medicinische Fa-
ticker nennen möchte. Diesen entsetzlichen Scha-
n stiften vornämlich solche Leute, welche oftmals
s den ungereimtesten Dingen Medicamente, oder
r Arcana, verfertigen, und dieselben als ganz
wiße, sichere und vor sich kräftige Mittel zum lan-
gen-

gen Leben ausgeben. *) Wenn dieses ein Marktschreyer thut, so muß man es ihm zu gute halten, weil er vor Hunger nicht selbst sein Leben verkürzen will. Wenn aber andere, die den Titel eines Doctors der Arztney-Kunst führen wollen, und zum Leben und zur Gesundheit der Menschen sich mit einem Eyde verbunden haben, dergleichen thun, ihre Gold-Tropfen, die ihnen freylich Gold eintragen, und andere Dinge ausposaunen, und noch eine lange Historia dazusetzen, denen kann man es nicht wohl vergeben, wenn man, als ein gewißenhafter Medicus, davon urtheilen muß. Denn, wenn die meisten von diesen Dingen untersuchet werden, so ist es nichts, und wird auch nichts, der Betrug aber so handgreiflich, daß man sich wundern muß, wie dergleichen bey der jezt so politen Welt noch paßiren können. Die meisten werden wißen, daß man in der Arztney-Kunst zuweilen auch aetzende Mittel brauchen müße.

Es ist nicht zu leugnen, daß Medici zu unsern Zeiten und nach Beschaffenheit derselben besondere und kräftige Arztney-Mittel erfunden und bekannt gemacht haben, welche sich auch besonders characterisiret. Diese Medici aber haben, nach ihrer Redlichkeit, so wenig vergeßen, daß sie vielmehr eine gesunde Lebens-Art, als den Grund zum langen Leben, zuförderst angepriesen.

Ich will hiervon etwas kürzlich und wohlbedächtig entwerfen. Es ist aber dieses besonders ein

*) Daß dieses der Haupt-Charackter eines ungeschickten Arztes sey, hat der berühmte D. Hofmann in s. Medic. rat. system. erwiesen.

Rath in noch geſunden Tagen. Wer lange le=
n will, der muß anfangen geſund zu leben, in
: Zeit, wenn die Geſundheit noch in guter Verfaſ=
ng ſtehet. Wer ein fröliches Alter genießen will,
uß die Luſt in der Jugend ein wenig ſparen, und
der Zeit arbeiten, daß er im Alter kann ruhen.
ute, ſo an Schmerz und Krankheiten darnieder
gen, wünſchen ſich eher das Ende ihres Jam=
rs, und den Tod vor ein ſieches Leben. Ferner kön=
n diejenigen, ſo ſich ſchon ſehr ſtark von Krank=
ten einnehmen laßen, oder dieſelben gleich mit in
Welt gebracht, ſich kein ſo langes Leben prognoſti=
en, doch ſind ſie deſto mehr verbunden, in guter
ut auf ihre Geſundheit zu ſtehen, denn ein ſtets
ſundes Leben kann gewißermaßen auch ein langes
en genennet werden.

Weil das Leben des Menſchen in ſtetem Com=
rcio der Seele mit dem Körper vor ſich gehet,
d beyderſeits Kräfte ordentlich angewendet wer=
n müßen, wenn die Dauer derſelben beſtehen
l, ſo hat man, in Anſehung des erſteren, vor allen
e Moral zur Hülfe zu nehmen.

„Ein Mann von geſetzten und vergnügten Ge=
üth, ſagt der nun ſo oft mit Ruhm ange=
hrte Baglivi, wird nicht leicht in Krankhei=
n verfallen, oder doch die meiſten ohne Artzt und
rtzneyen überwinden. „ Denn eine unruhige Ge=
üths=Verfaßung macht zugleich die Bewegung
d Kraft des Herzens, mithin den Lauf des Bluts,
d das ganze natürliche Leben, baufällig; ſo ſind
ch die Schmerzen in der Seele weit empfindli=
er und gefährlicher, weil dieſelbe in einem Au=

genblick mehr Schaden, als der Körper in vielen Jahren, leiden kann.

Die Gemüths Ruhe ist also das erste Mittel zu Verwahrung des Lebens. Aertzte zeigen sie an, können sie aber nicht geben. Dieses Kleinod und die wahre Universal-Artztney ist nicht in Apothe-ken zu finden. Die heydnischen Welt-Weisen ha-ben ehemals das höchste Gut darinnen gesetzet. Nunmehro aber muß jeder wißen, wo er das höchste Gut, das bonum absolutum, die wahre Seelen-Ruhe, welche mehr als Gemüths-Ruhe sagen will, finden kann. Es sind viele Bücher von der Zufriedenheit der menschlichen Seele vor-handen, welche als Anweisungen dienen können. So fehlet es auch nicht an geistlichen Rednern, und deswegen wollen wir nicht in ein fremd Amt greifen. Es wird gnung seyn, wenn ich das an-führe, was schon längst ein großer König gesaget: Die Furcht des HErrn mehret die Tage. Diese wird uns langes Leben, gute Jahre, und Friede, bringen. Dahero meynet Verulam in s. hist. Vit. et Mort. daß das Leben derer, welche sich der Theologie und Betrachtung der heiligsten Dinge gewidmet, sehr viel zum langen Leben beytrage, und giebt auch dieses zur Ursache von dem hohen Alter einiger Eremiten an. Der Verstand beschäftige sich stets mit göttlichen Dingen. Die Affecten hätten die erhabensten Vorwürfe, und die gehei-ligten Blätter, welche immer vor ihnen liegen, enthielten die wichtigsten Gründe zu einer mäsigen Lebens-Art, welches alles das Leben unterhalten müße. Lucian rechnet hierzu auch die Welt-Wei-

sen,

n, und Plutarch versichert, daß viele, die sonst
hwacher Constitution gewesen, bey einer gesun-
n Philosophie und Uebung schöner Studien, den-
ch ein langes Leben erreichet. Wir müßen wohl
er alle Theile der Gelehrsamkeit mit den freyen
ünsten zusammensetzen. Denn die Wahrheiten,
in dermaligen Beschäftigungen oft mit Lust ge-
nden werden, tragen vieles zu Bewahrung ei-
es gesunden Gemüths und Nahrung des Ver-
andes, mithin zum langen Leben selber, bey;
berdieses pflegen sich dergleichen Personen nicht
iel aus Ergötzlichkeiten zu machen, welche die Lei-
es-Gesundheit berauben. Wir finden hier und
a noch alte und muntere Gelehrte, welche, ohnge-
ht eines schwächlichen Zustandes, dennoch wohl
ben. Man sollte zwar billig den Leib nicht ver-
eßen, welcher, wie das Waßer zu dem köstlich-
en Oel, so zur Gelehrsamkeit, das Vehiculum ist.
ber den Gelehrten ist gut predigen. Bey dem
ngeführten, und seiner Gelehrsamkeit und hoher
ahre wegen berühmten Verulam findet man be-
ndere Gesundheits-Regeln vor Gelehrte. „Hoff-
ung, sagt er weiter, ist süßer, als gegenwär-
ge Freude. Verändrung in Ergötzlichkeiten bes-
r, als deren Sättigung.„ Sind wir endlich
ergnügt mit den Gaben, welche uns GOtt, die
Natur und das Glück, gegönnet hat, so werden
ir, in Ansehung des Gemüths, alles thun, was
e Pflicht vor das Leben zu sorgen vorschreibet.
Was wird aber, in Ansehung des Leibes, noch zu
eobachten seyn?

Die allgemeine Anmerkung, daß die Meisten auf dem Lande ein höheres und gesünderes Alter, als in Städten, genießen, hat folglich den ganz natürlichen Schluß gemacht: daß das Land-Leben die beste Lebens-Art zum langen Leben sey. Dieses hat schon Verulam zugestanden. „Man ist, sagt er, daselbst in Freyen, und kann sich immer etwas zu thun machen, findet meistens frische und gemeine Tractamente, lebet ohne Neid und Sorgen.„ Nun könnte ich auf einmal fertig werden, wenn ich den ganzen Gesundheits-Rath zum langen Leben darein schlüßen wollte. Da aber ein gesundes Leben in Städten ebenfalls eine Aehnlichkeit mit der gesunden Lebens-Art auf dem Lande haben kann, so wird es nicht ganz vergeblich seyn, disfalls eins und das andere, welches wir bisher nicht mitnehmen können, hier anzubringen.

Das natürliche Leben wird durch natürliche Dinge erhalten, die zwar zur Natur des Menschen nicht gehören, und dahero von den Aertzten die nicht natürlichen benennet werden, zu Unterhaltung des Lebens aber unentbehrlich sind, und das gröste Theil zur Gesundheit ausmachen. Den Gebrauch dieser Dinge nennet man die Diaet, und wenn dieselbe, nach eines jeden Natur und Beschaffenheit, wohl eingerichtet, und verständig geführet wird, so ist sie nicht nur im Stande die Gesundheit zu erhalten, in Krankheiten, als ein Genesungs-Mittel zu dienen, sondern auch das Leben wirklich zu verlängern, wie an dem angeführten Exempel des Cornaro, und vielen andern, zu ermessen. Unter diesen Dingen ist das vornehmste die

Luft.

ist. Dahero finden wir, daß die Bewohner ge-
under Länder und Gegenden vor andern sehr alt
werden. Hiervon habe ich schon vieles, ob-
leich nicht alles, abgehandelt, und darf mich
weiter nicht aufhalten. Wer keine reine und
reye Luft genießen kann, dem habe ich oben die
Veränderung derselben zuweilen und das Land-Le-
en gerathen. Sonderlich ist des Morgens der
uft ein freyer Eingang in Zimmer, Schlaf-Ge-
nächer und Alcoven zu verstatten, damit die schäd-
chen Dünste darinnen nicht eingeschloßen bleiben,
welche durch erwärmte Stuben der Gesundheit
leichsam zur Pest werden. Auch ist die Kleidung
ach den Jahrs-Zeiten so zu choisiren, damit die
uft, welche stets auf unsern Körper stößt, in ih-
er Wirkung, der nöthigen Ausdünstung wegen,
noderiret werde. Man laße sich diesen wohlge-
neynten Rath, wenn man sein Leben liebet, als
inen zu dem grösten Lebens-Mittel, gefallen.

In Ansehung der Speisen und Getränke thue
nan seiner Natur nicht zu viel. Sie ist mit we-
igen vergnügt, da hingegen Unmäsigkeit die gan-
e Oeconomie des Körpers verwüstet. Die Ita-
iener haben ein Sprüch-Wort: wer viel will eß-
en, muß wenig eßen. Der Magen nimmt zwar
llerley Speise zu sich, nur mäsige man in allen
en Appetit, der so öfters mehr in Sinnen, als
Magen, herrschet, und enthalte sich zuweilen gut-
willig von diesen und jenen, welches ein vertrefli-
hes Praesidium der Gesundheit ist. Denn ich
vill eben nicht die Hunger-Cur, wie eine chema-
ige Secte unter den Römischen Aertzten, die Era-

sistratäer, anrathen. Hierbey fällt eine curieose Frage zu beantworten vor:

Wie vielmal man des Tages eßen solle, und ob eine gewiße Zeit darzu zu bestimmen?

Celsus hat schon dieses überhaupt also beantwortet: Zweymal ist beßer, als einmal, des Tages zu eßen. Es kommt aber hierbey ins besondre auf die Arbeit an. Diejenigen Leute, welche arbeiten müßen, wenn sie eßen wollen, müßen auch eßen, daß sie arbeiten können, und diese halten ihre Früh- Mittag- und Abend-Stunden richtig. Bey anderen muß man auf die Gewohnheit sehen, wornach sich die Natur in allen accommodiret. Früh ist es kaum erlaubt, viel zu eßen, weil die Natur in gewißen Verrichtungen gestöhret, der Magen belästiget, und der Körper zu denen Geschäften nicht expedit seyn will. Ueberschreitet man Abends die Mäsigkeit, so muß man sich einen unruhigen Schlaf erwecken. Diese und andere Gesundheits-Regeln sollte man fein in der Jugend regardiren, wenn man ein lebhaftes Alter genießen wollte.

Daß man eine gewiße Zeit zum Eßen bestimmet, geschiehet der bürgerlichen Ordnung und der Köche wegen, welche sonst ihre Noth haben würden, die rechte Zeit zum Eßen, nämlich den Hunger, zu treffen. Es giebt Leute, die des Nachts aufstehen und eßen. Diese sind aber nur auf dem Lande, und von starken Kräften. Den Hunger

weise

eise man niemals gänzlich ab, weil er sonst sich
revangiret, daß er den Magen schwächet, die
Rahlzeit und den Appetit verderbet. Kommt er
or die gesetzte Stunde, kann man ihn ja mit et-
as wenigen contentiren. Sonst sind dieses die
ahrhaftigsten Speisen, so aus der Erde wachsen,
ohl zugerichtet, und mit etwas Fleisch oder Fisch
enommen werden. Auch sind das die kräftigsten,
einem am besten schmecken. Speisen, die ein-
nder zuwieder, sauer und süßes, müßen entwe-
er in ordentlichen Maas, oder gar nicht, genom-
ien werden. Denn, ob sich schon der Magen al-
s gefallen laßen muß, und die wunderlichsten
Speisen durcharbeitet, so wird doch der daraus er-
ugte Nahrung- und Lebens-Saft nicht edel und
eistreich gnung. Das ist vermuthlich die Ursache,
arum so vielerley Arten Fieber entstehen.

Nicht unrecht kann man den so beliebten Ta-
ack nunmehro zu den Lebens-Mitteln rechnen,
eil viele die tägliche Nahrung darüber vergeßen.
Die Americaner opferten denselben ehemals ihren
Götzen, und die Alten pflegten es ein Königliches
Kraut zu nennen, nicht nur weil es selbst den grö-
ten Herren zu beliebten Gebrauch stehet, sondern
irklich vortrefliche Tugenden besitzet. Nur ist
ie Maase dabey zu beobachten. Mr. de Prade
at davon eine ganze Historie geschrieben, und ihn
eynahe vor alles gerühmet. Daß der Schnupf-
Taback ins Gehirne dringe, ist ein Vorgeben sol-
her Leute, die ihre Zergliedrungs Kunst nur im
Gehirne studiret, daß er aber, unmäßig gebrau-
het, die Feuchtigkeiten aus dem Haupte allzustark

abführe, und noch mehr darzuziehe, folglich per consensum dem Gehirne, deßen Häutgen und den Nerven, schaden könne, wird kein Medicus leugnen. Gleichermaßen ziehet starkes Taback Rauchen die Feuchtigkeiten aus dem Magen, und um die Brust, nicht ohne Schaden des Körpers ab. Doch ist es denen, welche mit dem Auswurf vieles wegräumen, desgleichen bey Flüßen, Blödigkeit der Augen, und schädlichen Dünsten, sehr dienlich. Anderen, die es nicht gewohnt sind, ertheilet er eine narcotische und schlafmachende Kraft. Gleich nach Tische Taback rauchen, ist schädlich, weil er die Dauung beunruhiget, und gleich vor Tische schadet er deswegen, weil er den Appetit verderbet, und dem Magen den besten Saft entführet, welchen er doch zu Annehmung der Speisen behalten solte. Zu der Zeit, wenn die Natur selbst den Auswurf suchet, wird es nicht zu verbieten seyn, denselben mit einer Pfeife guten Knaster zu befördern.

In Ansehung der Getränke, welche heutiges Tages Mode geworden, möchten unsere Aertzte wohl Anhänger des Theßalus seyn, welcher als ein Medicus zu Rom, unter der Regierung des Nero lebte, und seinen Patienten alles, was sie trinken wolten, es mochte warmes, oder kaltes, Schnee, Eis, Waßer, oder Wein, seyn, und zwar dieses noch mit einer auserordentlichen Complaisance, erlaubte. Wenn man von solchen Dingen und der Diaet überhaupt ein Judicium von einem Medico vernehmen will, so muß man zu so einen kommen, der unpartheyisch, und nicht nach seinem

Geschmack

eschmack und Neigung, urtheilet, der mehr auf
e Gesundheit, als aufs Geld, mehr auf sein
ewißen, als auf gemeine Urtheile, die ohnedem
hr selten mit der Vernunft, geschweige mit den
ründen der Gesundheits-Wißenschaften, bestehen,
het. Mr. Laclosure, ein Medicus in Frank-
ich, verordnete allen seinen Patienten den Kaffee,
eil er ihn selbst gerne trunke, dagegen verbothe
n anderer denselben auch Gesunden, weil er ihn
hemals Schaden verursachet hätte.

Was Thee, Kaffee, Chocolade, Bouillons,
queurs, und andere dergleichen Getränke, betrift,
sind sie wohl, nach Beschaffenheit unserer Zeiten
nd Leute, einigermaßen zu concediren, übrigens
er die Mittelstraße, als beste Maase, dabey wohl
observieren. Sonderlich muß man die Säure
n Magen nicht überhand nehmen laßen, die Ge-
genheit zu vielen Krankheiten giebt. Kinder,
gleich zu solchen Geträncken, und andern Delica-
ßen, gewöhnet werden, können vermuthlich kein
nges Leben erreichen.

Frisch Waßer zu trinken, wovon ehemals die
lten eine so dauerhafte Gesundheit, welche ihr
hes Alter zeiget, erhalten, ist jetzo ganz abge-
mmen, und wird nur solchen Leuten überlaßen,
e weder Bier noch Wein bezahlen können, wel-
e aber dabey ganz gesund leben. Diejeni-
n, so den Wein gut erhalten können, thun
sgemein der Sache zu viel, wie es denn gleicher
aßen mit dem Biere beschaffen, welches sonder-
ch solchen Personen bekommt, die sich mit guter
and-Arbeit beschäftigen. Man sollte doch we-

nigstens um der Gesundheit diese Getränke zuweilen aussetzen, oder sich derselben nur bey der Mahlzeit bedienen, und mit dem Waßer verwechseln; so würde ein guter Rhein- und Tockayer Wein, deßen Kraft selbst mit dem Golde streitet, desgleichen ein Montefiasconer und Valteliner, bey gewisser Zeit zur Erquickung des Lebens ungemein dienen können. Ein gewißer Fürst fragte seinen Medicum, der über 80. Jahr alt, und niemals völlig krank gewesen war: was er sich vor eines geheimen Mittels der Gesundheit bedienet? Durchlauchtigster Fürst! sagte dieser: Mein Arcanum ist der Rhein-Wein gewesen.

Was ist aber von einem Schlückgen Gaudium zu halten? dieses dienet gewiß zum langen Leben? Diejenigen, welche so gleich, wenn sie den Schlaf aus den Augen gewischet, dergleichen spirituoese Getränke, es mag nun aqua vitae, oder mortis, seyn, in sich gießen, müßen nothwendig ihre Gesundheit und Leben verwüsten. Bey Tische kann ein wenig guter Brandewein zu Vertreibung der Uebelkeiten gar wohl genommen werden, daß er aber die Kraft fette Speisen zu verdauen haben sollte, worzu er insgemein in ziemlicher Menge genommen wird, ist eine ganz unrichtige Sache, weil er dieselben eher conserviret, und der Dauung wiederstehet. Von ordinairen Geträncken ist zu merken: daß man sich lieber angewöhnen solle etwas frisch zu trinken, weil der Durst beßer gestillet, und der Magen zu seinen Verrichtungen gestärket, wird. Ich habe oben, bey dem Waßer, von dem Nutzen eines frischen Trunks gehandelt, und

darf

arf mich hierbey nicht verweilen. Eine Frage
ird noch kürzlich zu beantworten seyn:

Ob man unter dem Eßen, oder nach Tische, trinken solle?

Durst leidet zwar kein Gesetz, aber manche
achen damit ein Gesetz, und leiden einen solchen
arten Durst, bis die andre oder dritte Stunde
ach Tische schlägt, da sie denn den erhitzten Ma-
en auf einmal löschen, und diese denken ihrer Ge-
indheit sonderlich zu statten zu kommen. Wenn
nige Medici dergleichen Diaet rathen, so möchte
an die Einfalt bedauern. Denn zu der Zeit
ird die Elaboration des Chyli turbiret, die Aus-
ünstung des Körpers gehindert, und der Magen
beraus geschwächet. Ob nun schon unter dem
ßen eher ein Trunk, zumal nach der Gewohnheit,
aßiren kann, so sollte es doch dienlicher seyn, gleich
ach gehaltner Mahlzeit sein gewißes zu trinken,
a denn der Magen mehr Wärme behält, die
Speisen beßer an zu nehmen und zu verdauen, wo
lsdenn ein guter Trunk zurechte kommt, diesel-
en zu verdinnen, den Nahrungs Saft beßer aus
arbeiten, und ohngehindert in das Blut zu ver-
ihren.

Ob man Bier auf Wein, oder Wein auf Bier, bey Tische trinken, und den Wein mit Waßer vermischen, soll?

Sind Fragen, womit ein sonst ehrlicher
Mann überschlichen, und bey Gastmaalen unter
nen Medicis ein remarquables Schauspiel erwe-
cket

cket werden kann. Denn die erste Frage wird auf keiner Seite recht beantwortet werden. Wein auf Bier, und Bier auf Wein macht eine schädliche Säuerung, dahero sollte man eigentlich sich nur eines erwählen. Jedoch kann etwas Wein unter dem Eßen, zu Stärkung des Magens, und Unterhaltung des Appetits, Bier aber nach der Tafel, den Durst zu löschen, und auser dem Waßer, zu beßrer Praeparation der Säfte und des Geblüts, genommen werden. Was aber das andere betrift, so glaube ich, ob es schon vielen zur Gewohnheit worden, daß es beßer sey, den Wein vor sich zu trinken, und wer ihn der Beschwerung halber mit Waßer vermischen will, der kann beßren Nutzen von etwas Zitronen in Waßer erhalten, denn sonst erwecket es ebenfalls, oder ernähret, die Säure. Dahero einige Medici mit guten Grund dieses in Krankheiten verbieten, und lieber zu einer Zeit etwas guten Wein allein zur Stärkung zulaßen. Diese Gewohnheit soll ein griechischer Arzt, Melampus, des Amythaon Sohn, dem vermuthlich auch der Wein mag zu hitzig gewesen seyn, eingeführet haben. Doch hatten die griechischen kein so rohes Acidum, als unsere Weine.

Ferner beschützet die Gesundheit und das Leben ein ordentlicher Gebrauch der Arbeit, der Ruhe und des Schlafes. Was die Arbeit betrift, so verfahre man damit lieber mäsig, (doch giebt es Leute, denen man es nicht erst rathen darf,) und mit einigen Bestand, als mit Gewalt und in vollen

Schweiße, welcher die Kräfte ausnehmend ver-
ret. GOtt hat geboten: Im Schweiß des
gesichts solle man sein Brod eßen, aber nicht
beiten. Daß arbeiten gesund sey, haben viele,
t der bekannte Bontekoe, erfahren, die zuvor
rt und niedlich gelebet, und dahero immer krank
d voller Schärfe gewesen, welchen endlich die
muth zur Arbeit geholfen. Daß ein Unter-
ied unter der Arbeit und willkührlichen Leibes-
ewegungen, oder Gesundheits-Uebungen, sey,
d ob dieselben vor, oder nach Tische, anzustellen?
be ich oben, mit Berührung aller Umstände, be-
twortet. Daß eine gute Motion den Wirkun-
n der Artzney-Mittel kräftigst beystehe, ja öf-
rs alle deren Kräfte noch übersteige, wird man
nmehro auch wohl glauben.

Nach der Arbeit ist gut ruhen, und mit der
uhe pfleget sich der Schlaf einzufinden. Die
uhe verbeßert die Säfte, und stärket die Kräfte
s Körpers, wozu die Sinnen, welche hier auf
ncherley Art können ergötzet werden, nicht we-
g beytragen. Der Schlaf aber erquicket die
emüths- und Leibes-Kräfte zugleich, dahero
rselbe über das kräftigste Artzney-Mittel und
n köstlichsten Balsam stehet, ersetzet, was bey
m Wachen und Arbeiten verlohren gegangen, be-
dert die Verdauungen, verstärket die Ausdün-
ng, und läßt alle Handlungen in Körper ruhig ge-
, wodurch das natürliche Leben bestehet. Man
vielerley Regeln, wie viel Stunden man schlafen
e; Ein jeder aber muß sich selbst, nach seiner
Beschaf-

Beschaffenheit des Lebens, und der Lebens-Art, richten, damit der Sache weder zu viel, noch zu wenig, geschehe, und die Gesundheit auf beyden Seiten verletzet werde. Ueberhaupt muß man, so bald die Sonne unsern Horizont verlaßen, auch die Arbeit verlaßen, sich zur Ruhe, und einige Stunden vor Mitternacht zum Schlafe, begeben, bey anbrechenden Tage aber wiederum an die Geschäfte seiner Hände gehen, so werden wir der von GOtt und der Natur gesetzten Ordnung so wohl zum besten der Gesundheit als des Lebens glücklich folgen. Sonst hat man auch unter den Aerzten, über die Frage heftig gestritten:

Ob die Mittags Ruhe gesund, oder schädlich, sey?

Zu unsern Zeiten aber müßen die Hypotheses ein wenig verschwinden, und daß Medici in solchen Dingen so selten harmoniren, kommt nur von denen consiliis ex auctoritate her, die der geringste vernünftige Medicus nicht mehr aestimiret. Man muß die Sache nach Umständen beurtheilen, und aus der Mittags-Ruhe keinen langen Schlaf machen, der durchgängig schädlich ist. Leute, die in vollen Vigeur stehen, und noch junges Blut in sich haben, müßen sich auch einer mäsigen Mittags-Ruhe und des Kanapees enthalten. Bey kranken, schwachen und alten Personen verrichtet es hingegen die ersprießlichsten Dienste, da ohnedem die Aertzte das Sitzen bey dem Schlafen verbieten.

Endlich

Endlich dienet auch zum gesunden und langen
eben ein rechtmäsiger Gebrauch nöthiger Artzt-
eyen und gewißer Curen. Celsus rechnet hierzu,
icht ohne sonderbare Ursache, ein fleisiges Baden.

Was die kalten Bäder betrift, so habe ich da-
on schon oben gehandelt, und wünsche nur, daß
an hierinnen den Fußtapfen der Alten folgen
öchte, welche den Nutzen davon mit ihren an-
hnlichen Exempel, und hohen Alter, bewiesen.
esetzt auch, daß man sie unter die Gewohnheiten
chnen wollte, so ist doch der Nutzen, welchen
e der Reinlichkeit, und durch diese hinwieder der
esundheit, verschaffen, so beträchtlich, daß ich
iedrum die Aufnahme der so genannten Bad-
Stuben wünsche. Zu einem stärkenden Hauß-
Bad recommendiret Hofmann Kleyen in Waßer
ekocht, mit Zuschüttung etwas Kamillen-Blumen,
er anderer kräftiger Kräuter.

Was besondere Curen anbelanget, welche den
anzen Körper in neue Kräfte setzen, und also zur
Verlängrung des Lebens dienen, könen, so sind sol-
e auf verschiedne Art, und nach Beschaffenheit
r Personen, anzustellen. Große Aertzte, und die
rfahrung haben von dem, was sie sagen, ver-
rechen viel heilsames von den Salivations-Cu-
n, sonderlich bey übermäsig fetten Personen, die
h nach diesen einer wohlgeordnete Milch-Cur und
ten Diaet bedienen müßen, worauf sie sich ganz
u belebt finden sollen. Andere verhoffen eine
eiche gründliche Reinigung des Körpers von den
bekann-

bekannten Schwitz-Curen. Weil sich aber di wenigsten hierzu resolviren, so wollen wir uns um dieses andern zu überlaßen, dabey nicht auf halten. Hofmann setzet noch wegen der jetzigen Le bens-Art ein geschicktes Aderlaßen hinzu, wobey aber gleichfalls Klugheit und ein Medicinischer Rath zu brauchen.

Dieses alles würde man ersparen können, wenn man sich nur der drey Mittel bedienen wollte, welche schon Hippocrates, als die besten und kräftig sten, zu Erhaltung und Verlängerung des Lebens angewiesen: „Man müße nämlich gerne arbei ten, sich nicht allemal satt eßen, und den Bal sam des Lebens, welcher, als ein Wesen, unsre Na tur hervorbringet, wohl bewahren.„ Würde man dieses thun, so würde man auch wenigere Menschen finden, die eine schwache Natur, Ma gerkeit des Gesichts, Dunkelheit der Augen, Ent kräftungen der Sinnen und des Gedächtnißes, Zittern der Glieder, und Schwermuth des Herzens, als Vorbethen von dem noch kurzen Bestand des Lebens, um sich hätten; und hätten dieses vor kur zen unsere Vorfahren beobachtet, so würde man noch die Natur, das Ansehen und hohe Alter der Alten antreffen, welches alles zu unsern Zeiten fast gänzlich verschwunden.

Nach Beschaffenheit der Personen, können auch angestellte Waßer-Milch-Sauer-Brunnen-und warme Bade-Curen diesen Endzweck beför dern. Nicht zu vergeßen guter Motionen, als

Reiten,

Reiten, Jagen und dergleichen, welche eine Zeit-
ang fortgesetzet und mit einnehmenden Divertiße-
nents verbunden werden, was Wunder! wenn
h hierzu das Land-Leben mit allen seinen guten
Eigenschaften auch ins besondre als ein Mittel zum
ungen Leben anpreise, und rathe wenigstens den
Nutzen einer veränderten Lebens-Art und das
and-Leben bey der besten Jahres-Zeit zu genieß-
en, welches sich überdieses auf mancherley ange-
ehme Weise in Gärten, Weinbergen, und an-
nuthigen Reisen genießen läßet, worinnen ich den
Beyfall des Boerhaave, Hofmanns und anderer
nit vielen Ruhm prangender Aerzte zu Versich-
ung meines Gesundheit-Rathes vor mich habe.

Was Medicamente betrift, deren man sich
ı Bewahrung des Lebens bedienen kann, so wür-
e man alle dieselben mit den eingeführten Haus-
lpotyeken ersparen können, wenn man nur eine
ach dem Zustande seines Leibes gnau aptirte Le-
ens-Art führete, oder führen könnte; denn unser
ːben ist so beschaffen, daß wir auch wieder unsren
Willen hier und da Fehl-Tritte, sonderlich in der
Gesundheit begehen. Dahero kann man bey
Krankheiten des Magens nach Umständen ein ge-
hicktes Vomitif nehmen, welches schon die Al-
en gerathen, und der Magen die Quelle aller
Säfte und auch der Ursprung der meisten Krank-
eiten ist, nach dem Lehr-Satz des Hippocrates;
Ventriculi confusio, omnium confusio. Bey den
eringsten Merkmaalen einer Unordnung in Kör-

 per

per sonderlich nach Fehlern in der Diaet und zuweilen auf die gewöhnlichen warmen Geträncke kann man sich etwas praeservative und zu diesem Zweck meiner balsamischen Tinctur bedienen, oder sich nach seinen besondren Zustande etwas beßres auslesen. Die Natur zu stärken dienet des Herrn Boerhaave und Hofmans Lebens-Balsam, auch deßen liquor anodynus, und einige andere Mittel, aber nur zuweilen und bey einem sonst guten Verhalten. In heftigen Schreck, Alteration nnd dergleichen brauchet man mit Nutzen des Herrn Hof-Rath Stahls rothes antispasmodische Pulver. Weil dieses aber nach vieler Bemerkung cholerischen und zur Melancholie geneigten Personen nicht so wohl bekommt, so will ich diesen folgendes, ob ich schon nicht gerne Recepte schreibe, sonderlich denen, welche keinen Mecum um sich haben können, recommendiren.

℞ nitr. depur. ℈j.
rhab. opt. ℈ij.
magnes. alb. ʒß.
m. diu. in 2. p. S.

eines so gleich, das andere einige Stunden nachzunehmen.

Was Verulam in Ambra und Salpeter, und Pythagoras, ein berühmter Philosoph in Griechenland in Meer-Zwiebel-Eßig will gefunden haben, daß der erstere ein hohes Alter und der andere

daß

as 117. Jahr erreichet, ist mehr ihrer guten Le-
ens-Art zu zuschreiben. Bey diesen allen ist
er besondre Rath eines Medici nach einer indivi-
ual Erkenntniß, die sich nicht so gnau aufs Pap-
ier entwerfen läßt, noch in gesunden Tagen nö-
hig, welchen wir noch zuletzt, als selbst ein Mit-
el zum langen Leben nicht ausschlüßen.

* * * * * * * * * * * * * * * *

Von der
Diäet alter Personen.

Wenn sich die festen und flüßigen Theile des Kör-
pers in ordentlicher Bewegung und stetem
Gleich-Gewichte gegen einander verhalten,
 lange ist der Mensch gesund und nach Beschaf-
nheit der Gesundheit lebet er. Wenn sich aber
ieses Aequilibrium verliehret, wie es sich denn
er Natur unsers Körpers nach wirklich verliehren
uß, *) alsdenn ist der Mensch entweder alt
der krank, und gehet endlich wieder in die Ma-
erie, woraus wir alle geworden.

Wie aber die Gesundheit der Menschen nach
hren Alter und Jahren, so ist auch das Alter
lbst nach Beschaffenheit der Gesundheit verschie-
den.

*) vid. Io. Osterdyk Schacht Orat. in Inst. med. pr. *senile fatum inevitabili necessitate ex hum. corp. mechanismo sequi.* Traj. ad Rh. 1747.

Wir rechnen hier das Alter von den 63. Jahre an, worinnen die Kräfte des Leibes merklich abnehmen, die Preßungs-Kraft in den Fiebern und Zasern weiter versaget, und alle Glieder ermattet, ja viele noch bey dem lebenden Zustande des Körpers gleichsam sterblich werden. In diesem Periodus des Lebens finden viele den Weg aller Welt, ja die meisten erreichen nicht einmal denselben, und müssen noch eher in die Jahre treten, welche vielen nicht gefallen. Doch finden wir auch Personen, welche bey einem höheren Alter noch lebhafte Sinnen, ein muntres Ansehen und gute Leibes-Kräfte haben, so als drey Zeugen gewiß bestätigen, daß sie von gesunden Aeltern herstammen, und Gesundheit und Tugend, die stets eine geheime Verwandschaft haben, schon in der Jugend beobachtet. Jetzo sehen wir Leute, welche noch in 56. Jahre die Zufälle des hohen Alters erfahren und dahero Ursache haben ihre Gesundheit wohl zu verpflegen.

Das Alter ist an sich selbst eine Kranckheit, mithin erfordert es eine besondere Diaet und Gesundheits-Ordnung. Das Sprüchwort: Alte Leute werden zweymal Kinder, trift auch in Ansehung ihrer Leibes Beschaffenheit und deren Erhaltung ein. Sauere, blähende, harte und schwer verdauliche Speisen, desgleichen dicke, hitzige und hefftige Geträncke sind so wohl bey Kindern als alten Personen zu meiden. Diesen bekommen hingegen gute Brühen, Suppen, Eyer und dergleichen; sonderlich müßen alte Leute Abends nicht viel

eßen

en, und nur stärckende Sachen; Geleen, Liqueurs,
id zuweilen etwas guten spanischen Wein oder
rontiniack mit etwas Brod, oder Honig mit
Semmel nehmen. Alte Personen dürfen wie die
inder mehr schlafen, dahero ist ihnen die Mit-
igs-Ruhe wohl zu recommendiren, welche sie
iehr stärcket, als die kräftigsten Arztneyen. Sie
llen auch stets mit Kindern umgehen und bey sel-
igen schlafen, weil diese einen besondern gesunden
lthem haben, welchen die Alten zum grösten Nu-
en in sich schöpfen; denn, wenn wir ihnen gleich
athen wollten mit Jungfrauen um zu gehen, wo-
auf man in vorigen Zeiten sehr viel hielte, wie
n dem Exempel der Abisag von Sunem, die dem
König David bey seinem hohen Alter aufwartete
und vieinn andern zu sehen, so möchte doch unser
Rath nicht allemal sicher stehen. Die Pythago-
äer suchten sich die beschwerlichen Zufälle des he-
reinbrechenden Alters sonderlich durch Bäder, wo-
rinnen Citronen-Holz gekochet worden, zu erleich-
tern. Baglivi lobet sie wegen der harzig balsami-
schen Theilgen, und rathet gleichfalls Bäder mit
kräftigen nnd dem Geruch des erwähnten Holzes
ähnlichen Kräutern, als Melisse, Thymian u. d. g.
Wir wollen noch Kamillen, Pomeranzen-Blüthen
und Wachholder-Holz dazu setzen, wie denn der-
gleichen Bäder in dem königlichen Bade-Zimmer
zu Paris sehr Mode sind. Hierbey kan öffters das
Rückgrad mit kräfftigen Salben, Oelen und Kno-
chen-Mark, desgleichen mit gelinden Bähungen
gestärket werden. Vor Zeiten hatte man gewisse

 Leute

Leute, so Aliptae genennet wurden und bey den Gymnasiis, wovon oben gedacht, stunden, mit denen die heutigen Bader einige Verwandschafft haben, welche alte Personen salben, baden und sonst verpflegen musten. Desgleichen nützen ihnen Milch-Bäder und nach gewißen Umständen die Milch-Cur selbst, dahero Hofmann die Esels-Milch alten Leuten recommendiret. Bey und außer dem Gebrauch derselben können sie des Morgens einige Tropfen von dem Balsam de Meccha, oder Balsam de Gilead in einem weich gesottnen Ey nehmen. Viele andere hitzige Sachen aber sind wohl zu meiden. Oeffnende und stärckende Clistire nicht zu vergeßen.

Vornämlich müßen sich dergleichen Personen von vieles Arbeit des Gemüths nnd Leibes enthalten, sich aller Sorgen entschlagen, die Ruhe, als den Seegen ihres Alters mit Vergnügen brauchen, und mit den anmuthigsten Motionen durch Fahren, Spatzierengehen und sanftes Reiten verwechseln. Ein erfreulicher Zuspruch guter Freunde, eine einnehmende Musick, eine angenehme Reise und endlich das Land-Leben mit allen seinen reizenden Divertißements sind alles Sachen, wobey alte Leute ihr Alter vergeßen, und die Jugend gleichsam von neuen schmecken können. Uber dieses ist ihnen eine reine und wohltemperirte Luft, sonderlich in May-Monat anzuloben, welche am meisten die Gesundheit noch im Alter stärket. Plinius erzehlet in seinem Briefen, das ihm der alte

Spu-

Ɔurinna bey seinem Besuch zugestanden: er ße selbst nicht, wie er auf dem Lande zu seinem ter gekommen. Daß vor diesen sich alte Perso- n an Oerter, wo gute Luft zufinden, z. E. aus om nach Neapoli begeben, habe ich schon oben an- führet. Noch ietzo wißen wir Exempel, wie ele Staas- und Standes-Personen zu einer ge- nden Pflege ihres Alters sich das Land-Leben er- ählen.

Subeunt morbi tristisque senectus,
Et labor et durae rapit inclementia mortis.

Virg. in Georg. Lib. III.



Schrift-Fehler.

pag. 112. lin. Morast, statt Mensch.
184. - - 6. et.
186. - - 8. Short.
250. - - 18. Aufdünstung.
272. - - vlt. Liebes-Disposition.
281. - - 3. Pfälzische Leib-Medicus.
305. in formul. Med. *Misc.* statt M.





